

دور التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين اليقظة الذهنية والإنهاء بالتعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

رحاب نبيل عبد المنصف خليفة

أستاذ المناهج وطرق تدريس الاقتصاد المنزلي المساعد بقسم الإقتصاد المنزلي التربوي

مقدمة البحث :

يشهد العالم ثورة معلوماتية هائلة دفعت الإنسان إلى البحث عن أفكار جديدة قادرة على مواجهة متطلبات العصر، ومواكبة تطوراته السريعة المتقدمة، الأمر الذي فرض على التعليم تحديات أساسية ومهمة، فأصبح من الواجب على المؤسسات التعليمية ليس فقط نقل المعارف والمهارات، إنما مساعدة المتعلم على التكيف مع الوسط الذي يعيش فيه، لأن محيطه سريع ودائم التغير؛ أي مساعدة المتعلمين لكي يكونوا أعضاء صالحين في المجتمع.

ويقع علي عاتق التربية مسئولية تطوير العقل البشري القادر على تطوير ورقي المجتمع، وبالتالي فإن أهداف التعليم ازدادت وتعددت، فلم تعد مقصورة على نقل المعارف إلى التلاميذ أو تدريبهم على بعض المهارات المحدودة، بل أصبحت تتناول جميع أبعاد الشخصية الإنسانية.

وقد دفع ذلك الباحثين في مجال التربية وعلم النفس إلى البحث عن العوامل التي تساعد على تطور المتعلم ، وتزويده بمهارات عقلية وانفعاليه تساعده على التركيز، وعلى حسن التواصل مع الآخرين. ومن هذه العوامل التي حظيت باهتمام الباحثين مفهوم اليقظة الذهنية ؛ حيث أفرز التقدم الكبير في مجال الأبحاث والدراسات المتعلقة بالدماغ زيادة تركيز الباحثين والعلماء على اليقظة الذهنية، باعتبار انها تتضمن العديد من الكفاءات أو القدرات التي بالإمكان تعلمها.

وأشارت العديد من الدراسات التجريبية إلى فوائد اليقظة الذهنية، فهي ترتبط إيجابا مع الأداء النفسي الإيجابي، كما تعد عنصرا أساسيا لعدد من التدخلات النفسية؛ (Baer, 2003, Dalrymple & Herbert, 2007) وزيادة كمية المعلومات التي يتم استرجاعها من الذاكرة، (Jha, Stanley, Wong, & Gelfand, 2010, Kiyonaga) وزيادة خصوصية تحديد نوعية المعلومات التي يتم استرجاعها، (Williams, Teasdale Segal, and Soulsby, 2000) وتحسن من شعور الفرد بالتماسك والشعور بمعنى الحياة، وبالقدرة على إدارة البيئة، وتحسن من مستوى التركيز، (Macce, 2008) كما ترتبط أهمية اليقظة الذهنية بمجموعة من الأنشطة التي تحفز الذهن، وتقلل من الضغوط، وعدم التسرع في إصدار الأحكام على الآخرين، والتخلي بالصبر، والاستمتاع بحرية اللحظة، والثقة بالنفس، (Bernay, 2009) وتساعد اليقظة الذهنية على توسيع مدى الرؤية، وتزيد من سهولة التعامل مع المستجدات. (Masten & Reed, 2002)

والمقصود باليقظة الذهنية التفحص الدقيق للتوقعات والتفكير المستمرين باعتماد الفرد على خبراته وتثمين الأشياء المهمة في السياق وتحديد الجوانب الجديدة للمواقف التي من شأنها تحقيق الاستبصار والأداء الوظيفي للفرد أثناء تعاملاته الاجتماعية فالفرد حينما يكون يقظا ذهنيا يمر بحالة متزايدة من التأمل المعرفي فيتواجد بجسده وعقله في تلك اللحظة الراهنة. (السندي، ٢٠١٠)

كما يعد الانهماك في التعلم من التحديات التربوية المهمة في القرن الحادي والعشرين، الأمر الذي جعل الباحثين والتربويين وصناع السياسات التعليمية يولونه أهمية كبيرة؛ لمواجهة مشكلات الطلبة؛ كانهخفاض التحصيل، والملل، والتسرب الدراسي. (العززي، ٢٠١٦)

فالانهماك في التعلم بات مطلباً تربوياً ملحا، فلم يعد كافياً أن يكون المتعلم مؤدياً فقط للنجاح في الدراسة وفي الحياة، بل لابد من أن يكون المتعلم منهمكا ومنغمسا في عملية التعلم ذهنيا وسلوكيا، شاعراً بالمتعة والسعادة في عملية التعلم، إلا أن الواقع التربوي في البيئة العربية يعكس خلاف ذلك؛ حيث تشير الزكري (٢٠١٦) أنه عادة ما تكون بيئة الصف لا تشجع على الحرية والتحدي الإيجابي بين الطلبة، وعمل الفريق الواحد، ولا تزال الطرق المعتمدة في التدريس تقوم على التلقين والشرح؛ على الرغم من الجهود المبذولة لإحلال المشروعات محل الدروس التقليدية واستخدام تقنية المعلومات في التعلم والتعليم، إلا أنها مازالت تفتقر إلى التطبيق الفعال.

وقد اعتبرت منظمة الصحة المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (UNESCO) أن تحقق أكبر قدر من انهماك (انشغال) الطلاب بالتعلم *students' Engagement in Learning* داخل غرفة الصف يعد من أهم أولويات إعداد المتعلمين للمستقبل بما يتواءم مع المستجدات والتطورات الكبيرة في مجالات سوق العمل والمواطنة الصالحة (Finn & Zimmer, 2012)؛ كما يعتبر من أهم التحديات التي تواجه التعليم في القرن الحالي.

وفي نفس السياق يذكر كل من كوك ساذر، ودن باجنال وكوبر، وكاي وأون ودن (Cook-Sather, Dunne 2012; 2013) أن الأهمية التربوية لمتغير الانهماك بالتعلم ترجع لكونه يمثل أحد المبادرات والأهداف الكبرى لمؤسسات التربية والتعليم، إذ يستطيع المتعلم من خلاله الاندماج الكامل في الأنشطة التعليمية مما يؤدي في نهاية الأمر إلى تحقيق الأصالة والابتكار، والابداع، والكفاءة الأكاديمية؛ كما أنه يعد المفاتيح الحقيقية لتقييم أو تحسين مخرجات التعليم وتحسين المناهج وطرق التدريس؛ كما أنه يضمن تحقيق أقصى متطلبات ضمان الجودة والاعتماد الأكاديمي، كما يسهم في تحسين المناخ والبيئة التعليمية، وأخلاقيات، وثقافة العمل الأكاديمي.

ومن منطلق تطوير قدرات المتعلم تبنت وزارة التربية والتعليم في مصر نظام تعليمي جديد يهدف إلى تنمية القيم والاتجاهات والمهارات الحياتية لدى الطالب وغيرها من المهارات، كما يركز على التعلم مدى الحياة بشكل قائم على المتعة والسعادة والترفيه وتقليل نسب الغياب والتسرب من التعليم. (منة الله

وقد ظهرت محاولات عديدة في تطوير أساليب التدريس لتحقيق أهداف التعليم ومناهج المواد التعليمية بحيث يمكن أن تلعب دوراً هاماً في إعداد الفرد إعداداً يتناسب مع التغير السريع والتطور المتلاحق الذي يشهده العصر في مختلف نواحي الحياة.

وحيث إن التلميذ هو محور العملية التعليمية وجب علينا استخدام الطرق التي تجذبه للدراسة، ويعد التعلم الممتع القائم على الترفيه والمرح من أنسب الطرق التي يمكن اتباعها في التدريس . حيث إن إضافة الترفيه للعملية التعليمية يعطيها مزيداً من المتعة والتشويق، وخاصةً للمرحلة العمرية المستهدفة في هذا البحث، حيث إن الأطفال في هذا السن يحبون اللعب والضحك والأحاديث والتمثيل، وذلك لوجود طاقة بداخل الطفل هو بحاجة لتفريغها.

وقد أشار الخضير (٢٠٠٣) أن الترفيه أو اللعب - كما يعبر عنه غالباً - له قيمته في حياة الطفل، ويتماشى بصورة فطرية مع خصائص النمو لديه، وقد اهتم به العلماء على اختلاف تخصصهم، حتى وجدت نظريات متعددة، ك (نظرية الطاقة الزائدة) و(نظرية الإعداد) و(النظرية الترويحية) و(النظرية التلخيصية) و(النظرية التفسيرية) و(النظرية التعبيرية) وغيرها.

فالطفل في طفولته المبكرة يحتاج إلى نوع من الترفيه الحركي والجسمي، وتزداد الحاجة إلى الترفيه بشكل أكبر كلما كان الإنسان صغيراً في السن؛ لأن - الترفيه - يعبر فيه الصغير عن ذاته ويشبع من خلاله دوافعه وتطلعاته وفرديته وشخصيته. (الحوات، ٢٠٠٤)

فالمرح والترفيه ضروريان للطفل كالماء والهواء والغذاء، لا يستطيع الطفل الاستغناء عنهما؛ لما يجد من خلالهما تلبيةً لحاجياته وتفريغاً لطاقاته، وربما يجد من خلالهما التعلم أيسر وأسهل وأكثر متعةً وتشويقاً وملبياً لرغباته وميوله، ويمكن القول إن أهمية الترفيه والترويح في حياة الإنسان تأتي من كونه نشاطاً إنسانياً جالباً للمتعة والسرور للنفس البشرية، وهو قائم على التنوع في ألوانه، وأنماطه، وفعالياته، وطرقه المختلفة، التي تمنحه علاقة إيجابية وفاعلة تتصل بالكثير من مجالات الحياة، سواءً على المستوى الفردي أو الجماعي؛ إذ إن له علاقةً بالجوانب الصحية والعلاجية جسمية كانت أم نفسية، وله علاقةً بالجوانب التربوية والتعليمية، إذ أنه باعث على التقليل من جمود العملية التعليمية، وقادر عند استخدامه على تحبيب الأطفال بالمدرسة وبالعملية التعليمية، وجعله أكثر ترابطاً و شوقاً للعلم، كما وأن له علاقةً بالجوانب الفكرية والابتكارية والمهارية، وتنمية الميول، وتلبيةً للغرائز الفطرية للطفل تاركاً أثراً أطول للتعلم عنده.

وأكدت العديد من الأدبيات كدراسات (Lambert & sugita, 2016; Kofonow, 2015; Jackson,) 2015; Vaiouli, 2014; Rantala & Kaarina, 2012; Rose, 2009; Wolk, 2008; Sillis, 2005) إلى أن التعلم الممتع من الاستراتيجيات النشطة في التعلم والتي تسهم في تحسين ومشاركة وانهماك التلاميذ في أداء مهام التعلم، كما أنها مؤثرة في مخاطبة العقل والوجدان وتنشيط الحواس.

مشكلة البحث :

تعد المرحلة الابتدائية الأساس في بناء التلميذ ، ومعلم هذه المرحلة مطالب بتطبيق أساليب واستراتيجيات متنوعة وفقاً لخصائص نمو هذه المرحلة وعمر المتعلمين الزمني، حيث ذكر (Singh,2014, 10-13) أن المرحلة الابتدائية هي فترة النمو البدني والعقلي والاجتماعي، وبالتالي فمواقف التعلم ينبغي أن تستجيب لخصائص النمو، وتدعم الميل إلى العمل في مجموعات، وقوة العقل والخيال، وتشكيل الاستقلال الفكري والتنظيم الاجتماعي والتي تعد الخصائص المشتركة لهذا العصر، لذا ينبغي في الصفوف الدراسية تطوير البيئة والدروس واستخدامها وفقاً لذلك، وقد نشرت الأبحاث معلومات حول الطفولة كمرحلة مستقلة ومتميزة من الحياة، لذا فإن فهم نظريات الطفولة المبكرة، ومعرفة ما يفكر به الأطفال ويشعرون، وكيف يمكن أن تساعدهم على أن تصبح عملية التدريس ممتعة أمر ضروري من قبل المعلمين، ويستند التدريس في كل مستوى على الخبرات اليومية المتتابعة ومناسبة للعمر الزمني للتعلم الموجهة نحو خلق بيئة تعليمية مواتية حيث أن غالبية أطفالنا الذين يذهبون إلى المدرسة في المرحلة الابتدائية ينظرون إلى التعلم في المدرسة على أنه تجربة مملة، وغير سارة، وبناء على ذلك أكد علماء النفس على أن التدريس ينبغي أن يكون على مستوى مناسب لعمر الطفل، ولا بد أن يستخدم المعلمون استراتيجيات للحد من التوتر وبناء بيئة إيجابية، وتعلم أكثر كفاءة ودعم البيئة الصفية، والدروس، كما ينبغي وضع استراتيجيات للتدريس وفقاً للتوافق مع خصائص المتعلم، وتقع على عاتق المعلم مسؤولية جعل رحلة المشاركة وبناء المعرفة ممتعة من خلال خلق بيئة مناسبة.

وأكد على ذلك (السواحي، ٢٠٠٤) حيث أشار بأنه من الضروري على المعلم التنوع في طرق التدريس وإشراك المتعلمين في عملية التعلم، وتحدي تفكيرهم وقدراتهم وخلق جو من المرح والمتعة في التعليم لأنها تعد عناصر مهمة في زيادة دافعيتهم وحماستهم وانهماكهم في التعلم ، وهذه السمات من شأن استراتيجيات التعلم الممتع أن تسهم في تنميتها ويعد تنمية الجانب الوجداني الذي يسهم في تنمية المتعة في التعلم من الأهداف المهمة لتدريس الاقتصاد المنزلي التي يجب التركيز عليها لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

وبالرغم من أهمية التعلم الممتع في تعليم تلاميذ المرحلة الابتدائية على وجه التحديد إلا أنه لم يوجد أي دراسة على حد علم الباحثة في مجال تدريس الاقتصاد المنزلي اهتمت بتفعيل استراتيجيات التعلم الممتع لبناء بيئة تعليمية جاذبة وممتعة.

كما يعتبر انهماك الطلبة في التعلم من أهم التحديات التي تواجه التربويين فقد أشار (Willms, 2003) إلى أن نسبة الطلبة الذين لا ينهكون في عملية التعلم بلغت ٤٥% بينما أشارا (Cothran & Ennis, 2000) إلى أن النسبة تصل إلى أكثر من ٦٦%، ولذلك يجب على التربويين السعي المستمر لمعرفة المتغيرات التي تساعد الطلبة على الانهماك في التعلم داخل وخارج الصف. (Parsons & Taylor, 2011)

وتعتقد الباحثة أن ذلك يعود إلى عدم وجود بيئة مدرسية جاذبه من حيث الأساليب التدريسية المتنوعة وكذلك إلى طبيعة الخبرات التي تقدم للتلاميذ وعدم الإحساس بأهميتها وكذلك إلى عدم خلق بيئة تنافسية بين التلاميذ من مشاريع بحثية وجوائز ومسابقات علمية وإشراك التلاميذ في تحديد الخبرات التي يحتاجون تعلمها.

إضافة لما سبق يرى فيشر (Fisher, 2006) أن المتعلمين - في ظل التقدم التكنولوجي - الذي يشهده العصر الحالي يواجهون وإبلاً مستمراً من المؤثرات البصرية والسمعية من صور ومقاطع فيديو وتسجيلات صوتية وغيرها من المثيرات التي تشتت انتباههم، وهذا يمثل تحدياً أمام قدراتهم على التفكير، ويجعل من عملية التعلم أمراً في غاية الصعوبة، وبالتالي فإن تنمية اليقظة الذهنية لديهم تزيد من جودة أداء تعلمهم، وتجعلهم أكثر قدرة على مواجهة الضغوط المتعلقة بالدراسة.

وقد أكد رنشو (Renshaw, 2012) على أنه يمكن النظر إلى اليقظة الذهنية على أنها مهارة يمكن تعلمها واكتسابها وتمييزها مثلها مثل أي مهارة أخرى، كما أكد الضبع (٢٠١٦) على أهمية إكساب المتعلمين مهارات اليقظة الذهنية من أجل مساعدتهم على تركيز الانتباه، وخاصة ما يتعلق بالأنشطة المرتبطة بالدراسة، وما يترتب على ذلك من سعادتهم الدراسية كمؤشر على إنجازهم الأكاديمي، ووصولاً إلى سعادتهم النفسية بشكل عام، وأن الطلاب اليقظين ذهنياً يتمكنون من السيطرة - وبشكل أفضل- على البيئة، وهم قادرين على الانفتاح على المعلومات الجديدة، وابتكار فئات جديدة، ولديهم وعي بوجهات نظر متعددة في حل المشكلات التي تواجههم.

وأشار ريمبل (Rempel, 2012) إلى أن توظيف اليقظة الذهنية في التربية في مراحل التعليم المختلفة يسهم في تعزيز الأداء المعرفي والأكاديمي للمتعلمين ، ويؤثر في النمو الشامل لهم من جميع الجوانب، كما أنه يزيد من قدرتهم على تركيز الانتباه حتى عندما تكون هناك مثيرات مشتتة له وأوضح سيليجمان وارنست وجيلهام وريفيتش ولينكنز (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009) أن اليقظة الذهنية تعد موضوعاً مهماً في التربية الإيجابية، لأنها تساعد على تطوير ونمو المخ ككل، وبخاصة النصف الأيسر من المخ المسئول عن التعلم المعرفي كما أنها تحقق سعادة التلاميذ؛ وأكدت نتائج بعض الدراسات السابقة أن اليقظة الذهنية تعزز النمو المعرفي، وتزيد من جودة الأداء الأكاديمي، كما أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين اليقظة الذهنية وفاعلية الذات الأكاديمية والإنجاز الأكاديمي والسعادة الدراسية (Rosenstreich & Margalit, 2015)، (Hanley, Shapiro, Brown, & Garland, 2015)، (الضبع ٢٠١٦)، (Astin, 2011).

ونظراً لأهمية إكساب الطلاب اليقظة الذهنية، فقد أكد ليلاند (Leland, 2015) على أهمية تدريب الطلاب على مهارات اليقظة الذهنية ليصبحوا متعلمين أكثر نجاحاً وأعضاء أكثر ترابطاً في المجتمع التربوي، واقترح دمج تعليم مهارات اليقظة الذهنية بالمناهج الدراسية بمختلف المراحل التعليمية لمساعدة

الطلاب في تحقيق النجاح الأكاديمي، كما اقترح ميكليجون وفيليبس وفريدمان وجريفين وبيجل وروتش وسالترمان (Meilkejohn, phillps, Freedman, Griffin, Biegel, Roach, & Saltzman, 2012) أن يتعلم الطلاب ممارسة مهارات وتدريبات اليقظة الذهنية بشكل مباشر أثناء تعلمهم، أو أن يمارس المعلمون مهارات اليقظة الذهنية في الدراسة لكي يكتسبها الطلاب بشكل غير مباشر، وفي هذا الصدد أظهرت نتائج دراسة محمود وهويثرو ورائدسلي دي مورا (Mahmood, Hopthrow,) (Raddsiey de Moura, 2016) فاعلية تدريبات اليقظة الذهنية المعتمدة على الكمبيوتر لمدة خمس دقائق في تنمية اليقظة الذهنية لدى الطلاب.

وقد وجدت الباحثة من خلال الدراسة الاستطلاعية ان هناك تدنى في مستوى اليقظة الذهنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، كما أشارت النتائج إلى انخفاض مستوى الانهماك في التعلم ، وأن الأساليب المتبعة في تدريس مقرر الاقتصاد المنزلي مازالت أساليب تقليدية تفترق الى التجديد والمتعة والتشويق ؛ من هنا جاءت فكرة البحث الحالي في محاولة للتعرف على دور التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين اليقظة الذهنية والانهماك في التعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

ويمكن إيجاز مشكلة البحث في السؤال الرئيسي التالي:

مادور التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين اليقظة الذهنية و الانهماك في التعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ؟

ويتفرع من السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية :

- كيف يمكن تخطيط دروس منهج الاقتصاد المنزلي للصف الرابع الابتدائي باستخدام استراتيجية التعلم الممتع لتحسين اليقظة الذهنية والانهماك في التعلم للتلاميذ عينة البحث ؟
- ما فاعلية التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين اليقظة الذهنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ؟
- ما فاعلية التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين الانهماك في التعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ؟
- ماالعلاقة الارتباطية بين متغيري البحث (اليقظة الذهنية ، الانهماك في التعلم)؟

أهداف البحث :

- تحسين اليقظة الذهنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال تطبيق استراتيجية التعلم الممتع بمنهج الاقتصاد المنزلي.
- تحسين الانهماك بالتعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال تطبيق استراتيجية التعلم الممتع بمنهج الاقتصاد المنزلي.
- الكشف عن العلاقة بين متغيري اليقظة الذهنية والانهماك في التعلم .

أهمية البحث :

- يمكن لنتائج هذه الدراسة أن تكشف عن الحاجات التدريبية لمعلمات الاقتصاد المنزلي بالمرحلة الابتدائية وهذا بشأنه أن يساعد في اختيار برامج التدريب أثناء الخدمة الملائمة لهم في هذه المرحلة.
- تساعد في تبني أساليب تدريس أكثر فاعلية.
- تساعد مطوري المناهج على تطوير منهج الاقتصاد المنزلي بمنحى قائم على الترفيه والتعلم الممتع .
- أدوات البحث تساعد الباحثين على بناء أدوات بحثية مفيدة.

حدود البحث:

اقتصر البحث الحالي على الحدود التالية :

- تلميذات الصف الرابع الابتدائي والتي تتراوح اعمارهم بين ١٠:١١ عام.
- مقرر الاقتصاد المنزلي للصف الرابع الابتدائي.

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية لصالح التطبيق البعدي .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس اليقظة الذهنية البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الانهماك في التعلم لصالح التطبيق البعدي .
- ٤- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس الانهماك في التعلم البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- ٥- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية ومقياس الانهماك في التعلم لصالح التطبيق البعدي.
- ٦- توجد علاقة ارتباطية بين مقياس اليقظة الذهنية ومحاور مقياس الانهماك في التعلم.

مصطلحات البحث الإجرائية :**التعلم الممتع:**

وتعرفه الباحثة إجرائياً: بأنه استراتيجيات ووسائل وأنشطة متنوعة تشمل الأنظمة التمثيلية "السمعية والبصرية والحركية" تستخدمها معلمة الاقتصاد المنزلي في المرحلة الابتدائية وتساعد في إشباع حواس

المتعلمين على اختلاف ميولهم وقدراتهم، وأنماط التعلم لديهم لدعم بقاء أثر التعلم دون شعور الطالب بالمعاناة، وذلك بتوفير جو من البهجة والمتعة والتسلية والفائدة الهادفة والتي تجعل الدماغ يعمل في أقصى طاقاته، وتجعل تلاميذ المرحلة الابتدائية يقبلون على التعلم من خلال زيادة دافعيتهم ومشاركتهم وانتباههم في عمليات التعلم، وتعزيز الجوانب الوجدانية في التعلم مما يؤثر إيجابياً في الجوانب المعرفية لديهم.

اليقظة الذهنية:

درجة وعي المتعلمين بالخبرات والأحداث التي تجري حولهم وما يتم من ممارسات داخل المدرسة والبيئة المحيطة بهم و الموجودة في اللحظة التي حدثت بها، وهي ممارسة تعزز هذا الوعي وطريقة معالجة المعلومات، وهي حالة يمكن القيام بتنميتها من خلال ممارسات وأنشطة مثل التفكير والتأمل، حيث تهدف الممارسات التأملية إلي تدريب انتباه الفرد ووعيه للأحداث والتغيرات في الوقت الحاضر بصورة أفضل.

الانهماك في التعلم:

ويقصد به توجه المتعلم نحو العملية التعليمية وانشغاله بأي نشاط ذي صلة مباشرة بعملية التعلم داخل غرفة الصف من الناحية السلوكية والمعرفية والوجدانية وذلك من خلال الانتباه والمشاركة وبذل الجهد والالتزام بتعليمات المعلم والتزامه الذاتي بالمشاركة في أنشطة التعلم وذلك لتحقيق الأهداف المخطط لها.

الإطار النظري للبحث والدراسات السابقة ويشمل المحاور التالية :

المحور الأول: التعلم الممتع :

مسميات التعلم الممتع:

هناك العديد من المسميات للتعلم الممتع المترادفة في الأدب التربوي، والتي تدخل تحت مسمى المرح والمتعة وقد شملتها الباحثة في البحث وهي (التعلم الممتع - التعلم بالترفيه- التعلم المرح - بهجة التعلم- التعليم بالفكاهة)

والتعلم الممتع ليس فقط تعلماً بالفكاهة والمرح، لكنه أشمل من ذلك، فهو مبنى على أساس أنه لا يوجد شخص سمعي ١٠٠% ولا حركي ١٠٠% ولا بصري ١٠٠% بل إن الفرد الواحد يجمع بين كل هذا الحواس لكن بدرجات متفاوتة، وكلما كان التعلم مشبعاً لكل تلك الحواس كلما كان أكثر جاذبية وتشويق، وهذا ما أكدته النظرية الترابطية، والنظرية السلوكية، والنظرية البنائية للتعلم. (بارباع، ٢٠١٧)

دور المعلم في التعلم الممتع يقوم على: (Wang (2017) ، الحفناوي (٢٠١٥)

١- توفير الأساس المنطقي الذي يساعد التلاميذ في فهم مواد التعلم المقدمة، بهدف مساعدتهم على تحقيق واستيعاب هذه المواد المراد تعلمها، وكذلك مساعدتهم في القيام بعمليات تعديل لتصوراتهم تجاه أنشطة التعلم.

٢- استخدام لغة إعلامية غير مسيطرة تعطي للتلاميذ الاستقلالية للقيام بالنشاط، كما يطلب منه القيام بعملية التواصل معهم وتقديم التغذية الراجعة لهم داخل الصفوف الدراسية، والعمل على زيادة دافعيتهم وتعزيز مشاركتهم وانخراطهم في ممارسة النشاط.

٣- التحلي بالصبر وذلك أثناء قيام التلاميذ بأداء مهام غير مألوفة أو معقدة، وهذا يتطلب منه تخصيص الوقت الكافي للاستماع للتلاميذ، وتقديم التشجيع المستمر لهم، وتقديم التلميحات الهادفة والموجهة لهم، وتأجيل تقديم النصح والإرشاد حتي يفهم وجهة نظر التلاميذ أولاً، وتقديم الدعم والمساندة عند الحاجة.

٤- أن يكون منفتحاً ولديه القدرة على تقبل السلبيات ولديه طريقة في التعامل مع التلاميذ غير المشاركين أو غير المنخرطين في ممارسة النشاط.

٥- أن يعمل على تعزيز مصادر الدفاعية الداخلية لدي التلاميذ، وهذا يتطلب منه البحث عن الطرائق التي تسهم في تعزيز وتنسيق الأنشطة التعليمية بحث تكون مفضلة، ومهمة بالنسبة للتلاميذ، ونشعرهم بالقدرة على التحدي، وتوفر لهم الاختيار من بين مجموعة من البدائل.

٦- تقليل النقد المباشر كلما أمكن ذلك، والتعزيز بالمدح والثناء كلما لزم الأمر، وتمكين الطلبة من النقاشات الصفية مع أقرانهم، والابتعاد قدر المستطاع عن الأنشطة التقليدية التي تأخذ طابع التلقين حتى لا يمل الطلاب.

٧- التركيز على الأسئلة المثيرة للتفكير، وتغيير دوره من ملقن إلى قائد للنقاشات وموجه للأنشطة، كما أن الترويح والترويح من أكثر الطرق فعالية في مساعدة المدرسين على رفع الملل والترويح عن الطلبة، فيلجأ المدرس إلى عدة وسائل ليحافظ على انتباه الطلبة خلال مدة الدرس، ومن هذه الوسائل، الحركة، الإشارات، استخدام الحواس، اللعب، المزاح، نبرات الصوت، التبسم، التسلية، التوقف، التكرار وغيرها.

وقد أوردت جانيل كوكس (Janelle Cox, 2018) خمس طرق فعالة تعد بمثابة خارطة يسترشد بها المعلم في تدريسه لطلاب المرحلة الابتدائية للوصول للتعلم الممتع لدى المتعلمين وهي:

- دمج التكنولوجيا في التعليم يساعد المتعلمين على الاستمتاع والإنهماك في التعلم، وعلى المعلم أن يوظف حبهم للتكنولوجيا؛ لأنهم يجدون المتعة في التعلم عن طريقها، ويتم ذلك بوسائل

متعددة كألعاب الفيديو، أو الرسائل النصية مع أقرانهم، أو سماع قصة أو لعبة عن طريق الأيبياد، والبحث في الإنترنت.

- بناء بيئة صفية يسودها المرح وذلك بدمج أنشطة المتعة العلمية في الدروس، بحيث لا يشعر جميع المتعلمين بالمتعة في الصف العادي، لذا لا بد للمعلم من خلق جو من المتعة المصاحب للموضوعات الصعبة حتى يتمكن المتعلمين من الانهماك في الأنشطة عن طريق أنشطة اللعب، أو المسابقات، أو الألغاز، والتدريب العملي عليها يجعل التعليم ممتع، كما يمكن استخدامها في مراكز التعلم.
 - تكليف المتعلمين بإجراء التجارب بأنفسهم لأنهم يجدون المتعة في إجراء التجارب من خلال التعلم بالممارسة، وتعد طريقة مميزة لجعل التعلم أكثر متعة، ولا بد أن تكون التجارب بسيطة وممتعة في نفس الوقت.
 - مراجعة الدروس بصورة مرحة وممتعة مع المتعلمين ليقبلوا على الدرس بشغف ودافعية من خلال عدة استراتيجيات كالألعاب، الكرسي الساخن، المسابقات، بالتالي تكون الأنشطة الخاصة بالمراجعة ممتعة وغير مملة للمتعلمين.
 - الخروج عن الجو التقليدي للصف برحلة وزيارة، تساعد في خلق جو من المتعة في التعلم مثل زيارة المتاحف، والمساجد، والحدائق، لجعل التعلم ممتعاً، ويمكن أن يطلب من المتعلمين رسم ما تعلموه، أو منحهم دقائق للعب على الحاسوب.
- وأضافت جانيل كوكس خمس نقاط تحت مسمى عشر طرق فعالة للتعليم الممتع وهي:
- تكوين فرق العمل ومجموعات تعاونية حيث أجريت العديد من الأبحاث التي أكدت بأن المتعلمين يحتفظون بالمعلومات بشكل أطول عند استخدام التعلم التعاوني، لأنها تسهم في تنمية مهارات التفكير الناقد ومهارات التواصل.
 - إعطاء استراحة لدماع المتعلمين، لأن طلاب الابتدائية يعملون بجد كل يوم، ولا بد لأدمغتهم من استراحة، وقد أظهرت الأبحاث أن الطلاب يتعلمون أفضل عندما يتعرضون لكسر الروتين طوال اليوم الدراسي.
 - إنشاء مراكز التعلم، لأنها تعطي المتعلمين خيارات متعددة للتعلم وبالتالي تخلق جو من المتعة في التعلم كاستخدام الحاسوب أو الأيبياد، وأي نشاط يحث الطلاب على العمل معا سيكون ممتع لهم.

- تعريف المتعلمين بقدراتهم الأعلى من خلال الذكاءات المتعددة التي توجه الطريقة التي بها يتعلمون لمعالجة المعلومات، حيث أن هذه النظرية تساعد المعلم لتعليم الطالب ما يتلاءم مع نمط التعلم لديه.

- وضع قواعد خاصة بالصف تتيح للطالب الاختيار بين بدائل مختلفة.
مما سبق نجد أنه يقع على المعلم دور كبير في التخطيط والتنفيذ والتقييم لاستراتيجيات التعلم الممتع في الصف وكيفية إدارة فرق العمل، حيث تتطلب المهارة والخبرة اللازمة لموائمة هذه الاستراتيجيات وكيفية استخدامها مع تلاميذ المرحلة الابتدائية، والخروج عن نمطية التدريس إلى جو يسوده المتعة والفائدة ومشاركة التلاميذ في البيئة الصفية.

ومن الفوائد التي يحققها التعلم الممتع للمتعلم: فراج (٢٠١٩)

- ينمي لديه الذاكرة والتفكير والإدراك والتخيل لديه.
- يحقق له تأكيد الذات من خلال التفوق على الآخرين فدياً وفي نطاق الجماعة.
- يكسبه قيم: التعاون، واحترام حقوق الآخرين، احترام القوانين والقواعد والالتزام بها.
- يكسبه الثقة بالنفس والاعتماد عليها ويسهل اكتشاف قدراته واختبارها.
- يخلصه من الانفعالات السلبية والتوتر الذي يتولد نتيجة القيود والضغط.
- يعزز ثقته بنفسه.
- ينمي لديه مهارات الاستكشاف.

خمس مبادئ للتعلم الممتع:

- **اقتصاد الخبرة The experience economy**: افترض "بيني" و"جيلمور" أن الخبرات ما هي إلا عروض اقتصادية وأنه ليس مجرد تقديم المعلومة هو المهم للطلاب ولكن الأهم هو الخبرة المحيطة بهذا التقديم.
- **خبرة التدفق Flow –experience**: وتعني الإحساس بالمشاركة التامة في نشاط لدرجة نسيان الوقت والإرهاق وكل شيء آخر ولكن فقط النشاط وقد سميت تدفقاً "Flow" فالتدفق يمكن أن يوصف على أنه ربط خبرتين ببعضهما، وهما: المتعة والتركيز المكثف، وأن خبرة التدفق ممتعة لدرجة أن الناس يقضون أوقاتاً طويلة للحصول عليها.
- **المقابل الجمالي The aesthetic encounter**: يعد المقابل الجمالي في التعلم للمتعة أبرز مخرجات التعلم للمتعة بغض النظر عن مدى المخرجات المعرفية، فالناس يبحثون عن الخبرة الجمالية لعدة أسباب مختلفة والتي تشمل مختلف الأبعاد المعرفية والحسية والعاطفية.

- **الفضول المعرفى Curiosity** : إن فكرة التعلم لها جذور فى كل ما يتعلمه الفرد، والنظريات النفسية تنظر للفضول كشعور بالاهتمام وكشعور بالحاجة لتقليل عدم اليقين.
- **الدافعية الذاتية Intrinsic motivation** : التعلم للمتعة يعتمد على دوافع ذاتية، وليس بسبب أي مكافآت متوقعة، لأن بعض الناس يشاركون فى خبرات التعلم من أجل قيمة المتعة فى حد ذاتها، وخبرة التعلم يمكن أن تكون شخصية أو مشاركة. ويمكن أن تتضمن أبعاداً متعددة (الحسى والانفعالي والمعرفى)، ولهذا فهي يمكن أن تكون ممتعة داخلياً، ومحقة للسعادة فى حد ذاتها بغض النظر عن أي مكافآت ترتبط بالمعرفة. (ابراهيم، ٢٠١٧)

استراتيجيات التعلم الممتع Enjoying Learning Strategies :

للتعلم الممتع استراتيجيات متنوعة ما بين السمعية والبصرية والحركية تهدف إلى إشباع حواس المتعلمين على اختلاف ميولهم وقدراتهم، للوصول إلى بقاء أثر التعلم دون شعور الطالب بالمعاناة. ومن المفيد أن يكون عنصر المفاجأة حاضر دائماً، فلا يجب على المعلم الاقتصار على استراتيجية واحدة حتى ولو كانت ممتعة، فتكرارها باستمرار يجعلها مملة وخصوصاً مع صغار السن، بل يجب أن يبتكر طرقاً وأساليب جديدة، لجذب انتباه المتعلم وجعله مستمتعاً بوقته. ولعل من أهم تلك الاستراتيجيات التي قد تصلح للتعلم الممتع ما يلي: (ماشي الشمري، ٢٠١٥)، (زيد الهويدي، ٢٠٠٨). جدول (١)

استراتيجية القصة التعليمية	استراتيجية حوض السمك	استراتيجية تقييم الأقران
استراتيجية تبادل الأدوار	استراتيجية مثلث الاستماع	استراتيجية التعلم باللعب
استراتيجية التعلم بالنمذجة	استراتيجية التدريس التبادلي	استراتيجية التعلم بالتخيل
استراتيجية التعلم القائم على المشروعات	استراتيجية التعلم القائم على المشكلات	استراتيجية الرؤوس المرقمة
استراتيجية K.W.L	استراتيجية التنبؤ	استراتيجية بدون كلام
استراتيجية التشبيهات	استراتيجية الذكاء الفكاهي	استراتيجية الكنز المفقود
الطرائف العلمية	المسرحية التعليمية	التعلم بالأناشيد والأشعار
لعب الأدوار	الكرسي الساخن	التعلم التعاوني
العصف الذهني	خرائط التفكير	الرسوم الكرتونية
الانفوجرافيك	خرائط المفاهيم	استراتيجية أعواد التلج..... الخ

مواد ووسائل التعلم الممتع:

تعد الوسائل التعليمية من أهم الطرق التي توصل المعلومات للتلاميذ بطريقة ممتعة وسلسة، وهي مهمة في التدريس وتساعد في تطبيق استراتيجيات التعلم الممتع والتي نذكر منها على سبيل المثال: [الألعاب التعليمية - مسجل الصوت - البطاقات والصور - المحسوسات اليدوية - الحاسب الالى - الأبياد - بطاقات الرسم- برامج حاسوبية (خرائط ذهنية . إنفوجرافيك) - دمي للتمثيل - الأدوار والقصص- مجسمات - مواقع إلكترونية متخصصة - السبورة الذكية - الرحلات التعليمية والزيارات - صحف تعليمية - الأفلام القصير من اليوتيوب- القصص الرقمية]. (أبو وردة، ٢٠١٦)

أنشطة التعلم الممتع:

هي مجموعة المناشط والإجراءات التي تساعد التلاميذ على تنمية قدراتهم وتلبي احتياجاتهم واستعداداتهم، وهي البرامج التي يضعها المعلم وتكون مكملة للمواد الدراسية، ويستخدمها لتطوير أساليب التدريس (مريزق ودرويش ٢٠٠٨) وقد تنوعت الأنشطة التي تسهم في تنفيذ استراتيجيات التعلم الممتع، بين أنشطة صفية ولا صفية، تتراوح بين أوراق عمل وزيارات ورحلات نذكر منها على سبيل المثال [لعبة كلمة السر- لعبة المتاهة - لعبة الكلمات المتقاطعة - الألغاز الصورية - إنتاج التقارير- رسم الجداول- أنشطة النقاش والحوار- تصميم الرسوم والصور- تصميم المنظمات البيانية- مسابقات بين الفرق].

وتشمل الأشكال الحديثة للترفيه التعليمي الإنتاج التلفزيوني، والأفلام، والمتاحف، وبرامج الكمبيوتر التي تستخدم الترفيه لجذب الجمهور والحفاظ عليه، مع تضمين المحتوى التعليمي، ومن الواضح أيضا أن العناصر التعليمية أصبحت تنفذ في مجالات ترفيهية تقليدية، مثل العطلات والألعاب ؛ وقد تناولت الباحثة استراتيجيات التعلم الممتع بمنعها الشامل وبما تحويه الاستراتيجية من مكونات كالطرق والأساليب والوسائل والأنشطة وأساليب التقويم.

ومن الدراسات التي تناولت التعلم الممتع :

- دراسة نيفين البركاتي(٢٠١٨): بعنوان برنامج تدريبي مقترح قائم على استراتيجيات التعلم الممتع لمعلمات الرياضيات بالمرحلة الابتدائية بمدينة مكة المكرمة في ضوء واقع احتياجاتهن التدريبية، وبناء على ما أسفرت إليه نتائج هذه الدراسة عند تحديد واقع استخدام واحتياج معلمات الرياضيات بالمرحلة الابتدائية بمدينة مكة المكرمة من تدني في الاستخدام، وحاجة للتدريب تم بناء البرنامج الذي يركز على تدريب المعلمات في المرحلة الابتدائية على استراتيجيات التعلم الممتع في تدريس الرياضيات.

- دراسة آمال محمد (٢٠١٨) : وهدفت التعرف على فعالية برنامج تدريبي قائم على متعة التعلم في تعزيز الدافعية والمشاركة الأكاديمية للتلاميذ ذوي صعوبات تعلم القراءة بالمرحلة الابتدائية ، وأوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمشاركة الأكاديمية سواء في الأبعاد أو الدرجة الكلية وذلك لصالح المجموعة التجريبية.
- دراسة صفاء الصمادي (٢٠١٩): وهدفها التعرف على دور اقتصاد المعرفة في تنمية التعلم الممتع لدى طلبة المرحلة الثانوية من وجهة نظر مشرفي المرحلة في الأردن، وأظهرت النتائج ضرورة تطوير استراتيجيات التدريس وتطوير المناهج في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة واحتياجات سوق العمل ، وأهمية التعلم الممتع في انتاج المعرفة وتوظيفها لدى طلبة المرحلة الثانوية .

المحور الثاني : اليقظة الذهنية :

إن تطوير اليقظة الذهنية يساعدنا كثيرا على تحويل أنفسنا من العيش في حالة مستمرة من رد الفعل إلى الحالة الواعية للفعل، بحيث يمكننا أن نكون نحن المسؤولين عن أنفسنا ومزاجنا وأفعالنا لا العكس.

فوائد اليقظة الذهنية

أشار ميس (Mace, 2008) إلى أن التدخلات القائمة على اليقظة الذهنية يتم اعتمادها وتوظيفها في تطبيقات عديدة منها القلق والضغط والاتجاهات والتعاطف ومشكلات الذات مثل (الوعي بالذات، وكراهية الذات) إذ تسهم اليقظة الذهنية في تخفيض أعراض الضغوط النفسية وتحسين جودة الحياة وتعديل الحالة المزاجية في سياق علاجي مختلف لدى عينات مختارة من ذوي الأمراض المزمنة وذوي الاضطرابات النفسية مثل اضطراب القلق.

وأن لليقظة الذهنية العديد من الفوائد التي يمكن تحديدها بما يأتي:

- أ- تمنح اليقظة الذهنية مزيداً من التركيز، فعند تركيز الانتباه يكتسب الفرد كثيراً من القوة والثقة والسيطرة في جميع جوانب الحياة، ومجالاتها فالتركيز الذي يأتي من اليقظة الذهنية يحسن من مستويات الأداء في العمل، وفي الدراسة، وفي الحياة الاجتماعية، حيث تكتسب المزيد من السيطرة والقوة في جميع مجالات الحياة.
- ب- تعزز اليقظة الذهنية من شعور الفرد بالمقدرة على إدارة البيئة المحيطة من خلال تعزيز الاستجابات الكيفية لمواجهة الضغوط.
- ج- تحسن اليقظة الذهنية من شعور الفرد بالتماسك، لأن الوعي لحظة بلحظة ربما يسهل الانفتاح على الخبرات والإحساس بها.

د- تعزز اليقظة الذهنية من شعور الفرد بمعنى الحياة واستكشاف المعنى.
 ه- تعمل اليقظة الذهنية على انفتاح الذات تجاه الأبعاد الروحية، فشعور الفرد المتزايد بحرية داخلية ووعي يربطه هذا الشعور بشكل أكثر بالشعور بالغاية التي تتجاوز الأشخاص وتفتح الطريق مباشرة لاختبار الحياة بأبعد من بعدها المادي وفتح الذات نحو البعد الروحي.
 وأوضح دوير (Deurr, 2008) انه يمكن استخدام اليقظة الذهنية لتنمية الوعي في ما وراء المعرفة التي يتم تعلمها من خلال أدراك الأفكار أو المشاعر مثل التفكير والعاطفة، وتشجيع الفرد على تطوير منظور عدم التمرکز، كما أن لليقظة الذهنية فوائد نفسية وفسولوجية، وتتمثل الفوائد النفسية في خفض الضغوط والقلق والمخاوف المرضية وتعمل على تحسين الذاكرة العامة وعمليات الانتباه والتسامح، أما الفوائد الفسيولوجية فتتمثل في التغيرات الفسيولوجية التي تصيب الفرد مثل خفض الألم المزمن.

خصائص اليقظة الذهنية

أشار كابت زان (Kabat-Zinn, 1990) إلى أن هناك مجموعة من الخصائص لليقظة الذهنية هي:
الموافقة: وتعني الموافقة أن الفرد متفتح لرؤية الأشياء ومعرفتها كما هي في اللحظة الحاضرة لفهمه بحيث يكون الفرد أكثر فاعلية في الاستجابة.
التعاطف: ويعني التعاطف أن يتصف الفرد بمشاعر يستطيع من خلالها أن يتفهم مواقف الآخرين في اللحظة الحاضرة وفق منظورهم وردود أفعالهم.
التفتح: ويعني التفتح أن يرى الفرد الأشياء من حوله كما لو انه يراها لأول مرة فيتولد احتمالات من خلال التركيز على التغذية الراجعة في اللحظة الحاضرة.

وقد ذكرت لانجر (Langer, 1989) أن السلوك اليقظ يتكون من خمس طرق للتفاعل مع العالم هي:
 أ- **تكوين فئات جديدة وتحديث الفئات القديمة:** أن استحداث فئات جديدة والقيام بإعادة تسمية الفئات القديمة يعد من المؤشرات المهمة للسلوك اليقظ، كما أن إعادة التفكير في الفئات التي يتم وصف الأفراد فيها والأدوات تعطي مزيداً من الخيارات في أداء أعمال أفضل.
 ب- **تعديل السلوك التلقائي:** فمن الممكن أن يؤدي النظر إلى الأساليب التلقائية للسلوك بشكل جديد إلى تعديلها وتحسينها لمزيد من النتائج المرغوبة.

ج- **تقبل الأفكار الجديدة:** تتشكل آراء الأفراد على الانطباعات الأولية والتمسك بهذه الآراء حتى عندما يظهر دليل معارض، إذ يستخدم الأفراد جميع الأدوات المتاحة من أجل تحسين مقدرتهم على الفهم.
 د- **تأكيد العملية بدلا من النتيجة:** وهنا يجبر كل من المجتمع والمدرسة والأفراد على التفكير في حياتهم بلغة الإنجازات (كيف أقوم بذلك؟) بدلا من (هل يمكنني القيام بذلك؟) ، والانتباه إلى تحديد الخطوات

اللازمة في هذه الطريقة، كما يسمح قبول كل مرحلة وفقا لدورهم بإجراء التغييرات والتعديلات التي تؤدي إلى الحصول على النتائج الأفضل.

هـ- **تقبل الشك:** يعتمد كثير من الأفراد على التنبؤ كما أنهم يحبون التخطيط للأشياء التي سوف تحدث بالطريقة ذاتها التي تحدث بها باستمرار، أما أصحاب الفكر اليقظ فيعلمون أن العالم مكان محير ومتقلب، وقد تتبع الرغبة في تقبل الشك من الشخصية بشكل جزئي لكن يمكن تمهيتها عند كل الأفراد.

مقومات اليقظة الذهنية:

إن من أهم مقومات اليقظة الذهنية والتي أشار إليها كل من براون وريان وكريسيويل (Brown, Ryan and Creswell 2007) هي:

١- **وضوح الوعي:** يعد "وضوح الوعي" أول وأهم شيء يحدث باليقظة الذهنية، حيث يعد وضوح الوعي أحد العاملين الداخلي والخارجي لدى الفرد، بما في ذلك الأفكار والعواطف والأحاسيس والإجراءات أو المناطق المحيطة بها، كما أنها موجودة في أي لحظة معينة.

ويتضمن الوعي الحواس الجسيمة المادية، وحركة الحواس، وأنشطة العقل، والاتصال المباشر مع الواقع، ويعمل مع الانتباه الذي يعد بدوره ظاهرة لكل المزايا الأساسية للوعي.

٢- **المرونة في الوعي والانتباه:** تعد المرونة سمة أساسية من سمات اليقظة الذهنية، والتي تعرف بأنها القدرة على تغيير الحالية الذهنية بتغيير الموقف وعدم الجمود على المألوف، الذي يعني القدرة على تقديم أفكار حول استجابات لا تنتمي لفئة واحدة أو مظهر واحد، وبالتالي يمكن للفرد أن يكون على بيئة من الانتباه إلى كل ما هو ظاهر، أي أن اليقظة الذهنية ترتبط مع سيكولوجية الانتباه والمراقبة، وغير ذلك من مؤشرات القدرة التركيبية.

٣- **الاستقرار أو الاستمرارية في الوعي والانتباه:** يعرف الاستقرار والاستمرارية على أنها صفات للوعي والانتباه، وهي لا تكون موجودة تماما عند معظم الأفراد، فاليقظة الذهنية هي القدرة الكامنة للكائن البشري، إلا أنها تتفاوت في قوتها بشكل مبدئي، باعتبارها قد تكون نادرة، أو عابرة، أو متكررة، أو مستمرة.

أبعاد اليقظة الذهنية:

وفقا لنظرية لانجر (Langer, 1989) فإن مفهوم اليقظة الذهنية وأبعادها قد تحدد بأربعة أبعاد هي:

١- التميز اليقظ:

وهي تطوير الفرد للأفكار الجديدة وطرائق النظر إلى الأشياء، فالأفراد اليقظون يظهرون عند تمييزهم إبداعا بتوليد أفكار جديدة، عكس الأفراد الغافلون فهم يعتمدون على الفئات القديمة للأفكار دون أن

يحاولوا إيجاد تمييز لهذه الأفكار أو الأمور الجديدة، بمعنى أن اليقظة الذهنية هي الابتكار المتواصل للأفكار الجديدة.

٢- الانفتاح على الجديد:

ويتمثل في استكشاف الفرد للمتغيرات الجديدة واستغراقه فيها، فيتميز الأفراد المتفتحون على الأفكار الجدية بالفضول، على حسب الاستطلاع، والتجريب والميل إلى الأفكار التي تتضمن تحدياً عقلياً، وهؤلاء الأفراد اليقظون لا يفقدون تركيزهم على المثيرات المتواجدة خارج نطاق المهمة التي يقومون بها، وهم يعطون جل اهتمامهم للمهمة التي بين أيديهم.

٣- التوجه نحو الحاضر:

ويعني درجة انشغال الفرد واستغراقه في موقف معين يدركه آنياً، فالفرد الحساس للسياق منتبه لأحداث الجديدة، ومتابع للتطورات المتعلقة بهذه الأحداث، فالأفراد اليقظين يكونون على دراية بالفئات الجديدة وتطبيقاتها ويكونون انتقائيين لهذه الفئات، وبطريقة مثالية للمهمة التي يعملون عليها.

٤- الوعي بوجهات النظر المتعددة:

وهي تعني إمكانية رؤية المواقف من زوايا متعددة، فعند وصول الفرد إلى حالة الإدراك والوعي بالأفكار، يبدأ بتمييز كل فكرة على حدة، وبعد ذلك يتمكن من استيعاب هذه الأفكار جميعها بطريقة منفتحة، الذي يؤدي بدوره إلى بناء فكرة أكثر منطقية، بحيث تمكن الأفراد من تطبيق هذه المعلومات بأساليب جديدة وضمن سياقات بديلة.

أهمية تنمية اليقظة الذهنية للمتعلمين في برامجهم التعليمية:

أشارت عديد من الدراسات (عاصم ابراهيم، ٢٠١٨)؛ (الفرجاني محمود، ٢٠١٧)؛ (Glomb et al., 2011) إلى ضرورة الاهتمام بتضمين البرامج التعليمية المختلفة عوامل وأبعاد تنمية اليقظة الذهنية وذلك للأسباب التالية:

- تعمل على إيلاء الاهتمام بالظواهر الداخلية والخارجية على حد سواء للمتعلمين، وتشمل المثيرات الداخلية (كالأفكار، والمشاعر والأحاسيس الجسمية)، والمثيرات الخارجية، والتي قد تتضمن (المشاهد والروائح، والأحداث التي تحدث في البيئة المادية والاجتماعية للفرد).
- تتضمن الاهتمام بالمثيرات بطريقة مقبولة دون فرض أحكام.
- تحجب الفرد عن التصرف والتفكير بطرق تلقائية أو طائشة عن طريق تعطيل العمليات المعرفية.
- تسمح للمتعلم التخلص من التعلق بأنماط تفكير عشوائية، وحالات تطفل الأفكار المشوهة في العقل.
- تساهم في تكوين مخططات معرفية منطقية.
- تساهم في إعطاء دلالات معرفية، تستند على منطق ودلائل واقعية.

ومن هذا المنطلق أهتمت عديد من الدراسات بتضمين عوامل وأبعاد تنمية اليقظة الذهنية ببرامج التعليم المختلفة للمتعلمين على مختلف فئاتهم ومراحلهم السنية، ومن هذه الدراسات:

- دراسة عاصم عمر (٢٠١٨) : هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية تدريس مقرر الأحياء باستخدام إستراتيجية محطات التعلم في اليقظة الذهنية والاستيعاب المفاهيمي لدى طلاب الصف الأول الثانوي، ولتحقيق ذلك تم إعداد كتيّب الطالب، ودليل المعلم، ومقياس اليقظة الذهنية، واختبار الاستيعاب المفاهيمي ، وكشفت النتائج عن فاعلية التدريس باستخدام إستراتيجية محطات التعلم في تنمية اليقظة الذهنية والاستيعاب المفاهيمي لدى طلاب الصف الأول الثانوي.
- دراسة فيصل الربيع (٢٠١٩) وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة اليرموك، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من اليقظة الذهنية، ومستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة. كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين اليقظة الذهنية والذكاء الانفعالي.
- هنية عيد (٢٠١٩): هدف البحث إلي الكشف عن واقع اليقظة الذهنية لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم والباحثين من الخرج بكليتي التربية والتربية النوعية بأسوان ، وأشارت النتائج ان أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم والباحثين من الخارج لديهم يقظة متميزة تجاه اختيار المشكلة البحثية ومعرفة الهدف المراد تحقيقه، كذلك الإعراف بالأخطاء البحثية والاستفادة منها وعدم تكرارها مرة أخرى.

المحور الثالث: الانهماك في التعلم:

يقضى التلاميذ وقتاً طويلاً من حياتهم اليومية فى المدرسة ، والتي تنتوع فيهما الأنشطة التي ينخرط فيها هؤلاء التلاميذ سواء بشكل فردي أو جماعي، فأخذ مفهوم الانهماك للدلالة على نوع وشدة الانفعال الذى يرافق بدأ التلميذ بالقيام بالأنشطة المختلفة مثل التعلم أو ممارسة مهارات رياضية فى المدرسة ، فعندما يكون هناك انهماكاً مرتفعاً فإن التلاميذ يظهرون تركيزاً على المهمة مع الجهد والمثابرة، والاهتمام والاستمتاع، والتنظيم الذاتي لما يريدون القيام به، ويرتبط انهماك التلاميذ المرتفع والمنخفض بمصادر الانهماك كالحاجات النفسية، ذلك أن دعم الحاجات النفسية يعزز الانهماك؛ لأن الانهماك ينطوي على إشباع الحاجات، ومن المرجح أن يكون التلاميذ أكثر انهماكاً ضمن البيئة التعليمية التي تشبع حاجاتهم، ومن العوامل المؤثرة بالانهماك التوجهات الهدفية حيث تعتبر من أهم المصادر الدافعة عند التلاميذ لاختيار الأنشطة والمثابرة عليها وإنجازها (Reeve, 2009, Peer, 2007)

و تشير الزعبي (٢٠١٣) إلى أن انهماك التلاميذ في التعلم يتيح لهم فرصة الاستفادة بشكل أكبر من المادة التي يعرضها المعلم، وتتوفر لهم فرص المشاركة في الأنشطة الصفية، كما أنهم يتمتعون بعلاقة دامة من قبل المعلم، وفي ضوء هذه العوامل يتوقع أن يكون تحصيلهم أعلى.

ويضاف إلى ذلك أن الانهماك في التعلم يمثل قيمة بالغة الأهمية عند التلاميذ؛ كونه يجعل حياتهم التعليمية أكثر متعة عندما يندمجون في صفوفهم، كما يزودهم بالقدرة للتغلب على التحديات التي تواجههم، والانهماك في التعلم طويل المدى يعد مؤشراً على تعلم التلاميذ وتحصيلهم والاحتفاظ بالمعرفة، وصولاً إلى التخرج من المدرسة الثانوية، وبالإضافة إلى ذلك يمدهم الانهماك في التعلم بالطاقة للنجاح في الحياة، كما يمثل الانهماك في التعلم عاملاً وقائياً يبعدهم عن السلوكيات الخطيرة في مرحلة المراهقة، بما في ذلك السلوكيات العدوانية تجاه المدرسة، والانضمام إلى عصابات إجرامية، والجروح والسلوك الجنسي غير الشرعي. (Furrer, Skinner & Pitzer, 2014)

العوامل المؤثرة على الانهماك في التعلم:

ويقترح كراوس (Krause, 2005) عوامل عديدة لتعزيز انهماك الطلبة وهي:

- ١- إنشاء بيئة مثيرة للتفكير والحفاظ عليها؛ وهذا يتطلب تزويد الطلبة بالأسباب الجيدة ليصبحوا جزءاً من المجتمع التعليمي، مع تحفيز النقاش والحوار، والتشجيع على البحث والتقصي والاكتشاف، وربط ما يتعلمه الطلبة بجوانب الحياة.
- ٢- تمكين العمل الأكاديمي والمعايير المرتفعة؛ ويكون ذلك من خلال التشجيع الفعال على الالتزام نحو الدراسة، وإعطاء قيمة لقضاء الوقت على العمل الأكاديمي، ومساعدة الطلبة في تحقيق التوازن بين الأبعاد المختلفة لحياتهم.
- ٣- الانتباه والاستجابة للاختلافات بين المجموعات الأقلية الفرعية وأثرها على الانهماك في التعلم؛ ويكون ذلك جعل التعرف إلى الطلبة أولوية بالنسبة إلى المعلم، وما هي حاجاتهم وطموحاتهم ودوافعهم، وكذلك عبر رصد الاختلافات الفرعية، وتطوير استراتيجيات تستهدف انهماك الطلبة وفقاً لاحتياجاتهم وطبيعتهم السابقة.
- ٤- ضمان أن تكون التوقعات واضحة وممكنة ومتسقة عبر المؤسسة وضمن الكليات والإدارات، وتكرار تلك التوقعات في الأوقات المناسبة خلال الفصل الدراسي، كذلك ضرورة قيام الطلبة ببناء توقعاتهم الخاصة، والاستماع لهذه التوقعات، والاستجابة لها في الأوقات الملائمة، مع التأكيد على ضرورة تيقن الطلبة أن آراءهم تم الاستماع إليها، وفي العموم ينبغي أن تكون التوقعات منطقية وواقعية قابلة للتحقيق.

- ٥- تشجيع التواصل الاجتماعي؛ يكون من خلال التشجيع على أنشطة حل المشكلات، ومجموعة النقاش الصغيرة، وتوفير التحفيز الفكري والتحدي، وكذلك من خلال إيجاد فرص الانهماك في المجتمعات خارج البيئة التعليمية.
- ٦- الاعتراف بالتحديات، أي الإقرار بأن الطلبة يواجهون صعوبات وتحديات من خلال جعل الطلبة يدركون أن المعلم والقسم والكلية والمؤسسة التعليمية ككل تدرك ما يواجهه هؤلاء الطلبة من تحديات كالتحديات الأكاديمية المتمثلة في صعوبة المواد الدراسية وكثرة الواجبات وضيق الوقت، وكذلك الإقرار أن ثمة نسبة كبيرة من الطلبة سترك العمل والالتزام بالدراسة خلال الفصل الدراسي.
- ٧- توفير استراتيجيات محددة من الإدارة الذاتية، يكون ذلك من خلال السعي إلى تطوير طلبة منظمين ذاتياً، والذين يدفعون أنفسهم نحو الانهماك في التعلم، ومناقشة استراتيجيات إدارة الوقت والحفاظ على الدافعية، وخصوصاً في أوقات الضغط أثناء الفصل الدراسي.
- ٨- تحديد المصادر المتنوعة للمساعدة في وقت مبكر خلال الفصل الدراسي، وفي لحظات مهمة خلال الفصل الدراسي؛ فالطلبة بحاجة ليدركوا أنهم لن يتركوا وحدهم في مواجهة التحديات، كما هم بحاجة لمعرفة أين ومتي تطلب المساعدة؟.
- ٩- إدارة خبرات التعلم عن بعد- عبر الإنترنت - بحذر؛ فالتأكيد على وضع الملاحظات والأفكار على الإنترنت، وإرسال الملفات الصوتية ليست بديلاً للمحاضرة الفعالة، إذ يشير كثير من الطلبة أنه حتى عندما يتم إرسال الملاحظات لهم عبر الإنترنت، سيرغبون بالحضور للمحاضرة إن كانت ممتعة.
- ١٠- ومن العوامل المهمة المؤثرة في انهماك الطلبة في التعلم كيفية رؤية الطالب للمادة التعليمية من حيث الصعوبة والسهولة وارتباطها باهتماماته الشخصية ونفعيتها، وجودة المهارات والعمليات المعرفية التي يقوم بها الطالب في مواجهة المهام الأكاديمية، وتفاعل الطالب مع الزملاء والمدرسين، واهتمامات الطالب بالأنشطة، ومدى تنوع الأدوات والوسائل التي يستخدمها المدرس خلال العملية التدريسية، ومدى قدرة الطالب على تحمل مسؤولية مهام التعلم المختلفة، وكيفية ردود فعل المدرس على ارتفاع تحصيل الطلبة. (طربية، ٢٠١٦)
- كما يشير العنزى (٢٠١٦) إلى أن هناك ثلاثة عوامل تؤثر في تحقيق الانهماك وهي:
- ١- عوامل متعلقة بالمعلم نفسه ومنها: الثقة بنفسه وأساليب العزو التي تتحكم في سلوكه وتصرفاته والكفاية الذاتية التي يدركها عن ذاته.
- ٢- العوامل المدرسية ومنها:
- تهيئة البيئة الفيزيقية المنظمة والبيئة الانفعالية الآمنة.

- الاهتمام بالمناهج الدراسية بكافة عناصرها والتي تشمل:
 - الأهداف بحيث تكون منسجمة مع حاجات وخصائص الطالب.
 - المحتوى بحيث يرتبط بواقع حياة الطالب.
 - طرق التدريس بحيث تجعل الطالب محور العملية التعليمية وأن يكتشف ويبني المعرفة بنفسه.
 - وسائل التعليم ينبغي أن تتصف بالتنوع وتخطب الحواس المختلفة للطالب وأن تتميز بالتشويق وجذب انتباه الطلبة.
 - الأنشطة يجب أن تتسجم مع اهتمامات الطلبة وميولهم.
 - التقويم بحيث يستخدم التقويم التكويني من خلال أساليب متعددة والتركيز على التقويم البديل.
 - المعلم من حيث اتجاهاته وميوله تجاه الطلاب وتجاه مهنة التدريس، وكذلك إعداده المهني.
- ٣ - العوامل الخارجية وتتمثل في السياق الذي يعيش فيه الطالب مثل:
 - الأسرة حيث تؤثر الظروف الأسرية التي يعيش بها الطالب على الانهماك في عملية التعلم.
 - الأصدقاء يؤثر نوعية الأصدقاء على اتجاهات الطلبة نحو عملية التعلم.

مستويات الانهماك في التعلم:

تتعدد مستويات الانهماك في التعلم ضمن البيئة التعليمية، ويرى سكندر وبيترز (Skinner Pitzer, & 2012) للانهماك في التعلم ثلاثة مستويات متدرجة في مستوى العمومية، هي:

المستوي الأول: وهو المستوى الأكثر عمومية من الانهماك في التعلم والذي يشير إلى اندماج الطلبة في الجامعة باعتبارها مؤسسة اجتماعية كغيرها من المؤسسات الأخرى، مثل: جماعة الرفاق والمؤسسات المجتمعة، فهذا النوع من الانهماك يعزز النمو الايجابي عند الطلبة من الأطفال والشباب ويحميهم من المخاطر التي تظهر في مرحلة المراهقة المبكرة، مثل: الجنوح وعضوية العصابات والأنشطة الجنسية غير الآمنة.

المستوي الثاني: من الانهماك في التعلم فيكون في المدرسة التي تضم أنشطة أكاديمية ورياضية وفرقا موسيقية وأنشطة لا منهجية، فهذا النوع من الانهماك يعزز إمكانية الاستمرار في المدرسة وصولاً لإكمال التعليم الثانوي والتخرج من المدرسة، فهذا المستوى يحميهم من التغيب عن المدرسة أو التسرب منها.

المستوي الثالث: فيكون الانهماك في التعلم على مستوى الغرفة الصفية، ويعنى انهماك الطالب في العمل الأكاديمي، والذي يعرف على أنه الحماس والرغبة والانفعالات الإيجابية والمشاركة المعرفية المركزة في أنشطة التعلم، أن هذا النوع من الانهماك يعد مهماً؛ كونه شرط أساسي لتعلم الطلبة، ويتيح لهم الدخول في صداقات؛ فالطلبة المنهمكون يتاح لهم الدخول في صداقات ومجموعات الأقران مع أكثر

الزملاء انهماكاً، بينما يكون لدى الطلبة غير المنهمكين ميل للأداء الضعيف في المدرسة، بالإضافة إلى مشاعر التهميش والامتناع وعدم الفاعلية.

أبعاد الانهماك في التعلم:

أن مفهوم الانهماك بالتعلم يعد مفهوماً نفسياً وتربوياً متماسكاً من حيث البناء والهدف؛ إذ يتكون من ثلاثة أبعاد، هي: (كاربي؛ وفريدريكس وماك كولسكي؛ وماك كولسكي؛ ووارد وماير (Carey, 2012; Fredericks & Mccolskey, 2012).

(١) الانهماك الانفعالي Emotional Engagement :

ويتضمن المشاعر والاتجاهات ومدركات بيئة التعلم التي تدفع المتعلم نحو المبادرة لبدء نشاط التعلم، والمشاركة في المهام، والأنشطة التعليمية، والاستمرار فيها؛ بالإضافة إلى مشاعر الانتماء والتشارك والتعاون مع الزملاء.

(٢) الانهماك السلوكي Behavioural Engagement :

ويتضمن استخدام استراتيجيات التعلم التي تهدف إلى كف أنماط السلوك التي تبعد عن الاستمرار في عملية التعلم.

(٣) الانهماك المعرفي Cognitive Engagement :

ويتضمن الشعور بالكفاءة والرغبة في بذل الجهد أثناء عملية التعلم، بالإضافة إلى التنظيم والتخطيط الذاتي لأنشطة التعلم.

ومن الدراسات التي تناولت الانهماك في التعلم دراسة كلا من:

- دراسة (العنزي ٢٠١٦): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الفاعلية الذاتية والانهماك في تعلم اللغة الانجليزية لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة حائل، وإلى الكشف عن العلاقة بين الفاعلية الذاتية والانهماك في تعلم اللغة الانجليزية. إضافة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لمكونات الفاعلية الذاتية في مدى انهماك الطلاب في تعلم اللغة الانجليزية. نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين مقياس الفاعلية الذاتية وجوانبه من جهة ومقياس الانهماك في تعلم اللغة الانجليزية وجوانبه من جهة أخرى.

- دراسة (الغامدى ٢٠٢٠) بعنوان القدرة التنبؤية لمكونات التعلم المنظم ذاتياً في مستوى الإنهماك في التعلم لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة حائل وقد هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى امتلاك طلاب المرحلة الثانوية في مدينة حائل لمكونات التعلم المنظم ذاتياً، وأبعاد الانهماك في التعلم، وإلى الكشف عن العلاقة بين مكونات التعلم المنظم ذاتياً والانهماك في التعلم إضافة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لمكونات التعلم المنظم ذاتياً في مدى انهماك

الطلاب في التعلم ، و كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين مقياس الانهماك في التعلم وجوانبه من جهة ومقياس الانهماك في التعلم وجوانبه من جهة أخرى.

- دراسة (القضيبي ٢٠٢٠): بعنوان الانهماك في التعلم في ضوء التوجهات الهدافية وتأجيل الإشباع الأكاديمي لدى طالبات الكليات الصحية ، وقد هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الانهماك في التعلم والتوجهات الهدافية وتأجيل الإشباع الأكاديمي لدى طالبات الكلية الصحية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، كما هدفت الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بالانهماك في التعلم من خلال متغيرات الدراسة ، وعن العلاقة بين المتغيرات أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين الانهماك في التعلم وأهداف التمكن، وأهداف الأداء. **إجراءات الدراسة الميدانية:**

أولاً : إعداد دليل تخطيط الدروس للمعلمة: تم إعداد دليل المعلمة للإسترشاد به عند تدريس مادة الاقتصاد المنزلي باستخدام استراتيجيات التعلم الممتع . حيث قامت الباحثة بإعداد دليل المعلمة لتدريس الموضوعات المقررة علي تلاميذ الصف الرابع الابتدائي .

وقد تضمن إعداد الدليل الخطوات التالية :

- ١- مقدمة الدليل : تتضمن المقدمة فكرة عامة عن ما يحتويه دليل المعلمة من أهداف ، وإجراءات تخطيطية لتدريس الوحدة المحددة من منهج الاقتصاد المنزلي للصف الرابع الابتدائي باستخدام استراتيجيات التعلم الممتع.
- ٢- فكرة عامة عن استراتيجيات التعلم الممتع: يتناول هذا الجزء أهمية ودور استراتيجيات التعلم الممتع في إثراء العملية التعليمية وتحديدًا عند تدريس الوحدة المحددة للتطبيق .
- ٣- التخطيط لتدريس الوحدة المختارة للتطبيق وقد اشتملت عملية التخطيط مايلي :
 - الأهداف العامة لتدريس الوحدة .
 - تحديد العناصر الأساسية المتضمنة بكل درس .
 - تحديد الأهداف التعليمية وشملت الأهداف المعرفية والمهارية والوجدانية المختلفة .
 - تحديد استراتيجيات وطرق التدريس المتبعة في كل درس .
 - تحديد الوسائل التعليمية المستخدمة بالدرس والانشطة التعليمية المصاحبة للدرس .
 - تحديد أساليب التقييم المستخدمة بكل درس .
- ٤- خطوات سير الدرس طبقاً لاستراتيجيات التعلم الممتع كالآتي:

المرحلة الأولى : تقوم المعلمة بتقديم مقدمة مختصرة تعرض من خلالها نبذة عن موضوع الدرس بغرض اثاره تشويق التلاميذ لموضوع الدرس ثم تطلب منهن تخمين عنوان الدرس وذلك باستخدام أحد الالعاب

التعليمية كالألغاز أو الكلمات المتقاطعة أو تجميع الحروف والكلمات..... الخ .
المرحلة الثانية : تقوم المعلمة بتطبيق الاستراتيجية المختارة لكل مدرك من المدركات مع الاستعانة بالوسائل والأساليب المناسبة لتطبيق كل استراتيجية.

المرحلة الثالثة : تقوم المعلمة بتقسيم التلاميذ وتوزيع الأدوار او المهام و الاختصاصات عليهم للمشاركة مع المعلمة وذلك وفقا لأدوارهم في كل استراتيجية .

المرحلة الرابعة : تقوم المعلمة بتقييم أهداف الدرس بالمشاركة مع التلاميذ وذلك بطرق مختلفة (اسئلة - خرائط مفاهيم - خرائط ذهنية - خرائط تفكير.....الخ)

❖ **الصورة الأولى لدليل المعلمة :** بعد إعداد الدليل في صورته الأولى تم عرضه علي السادة المحكمين في المناهج وطرق التدريس ، وذلك بهدف التعرف علي آرائهم فيما يلي :

- مدى مناسبة الدليل لمستوي تلاميذ الصف الرابع الابتدائي .
 - مدى مناسبة إجراءات تدريس الوحدة مع تطبيق استراتيجيات التعلم الممتع.
 - مدى مناسبة صياغة الأهداف الإجرائية لكل درس .
 - مدى مناسبة الأنشطة المصاحبة لكل درس لمستوى التلاميذ .
- ولقد أبدى السادة المحكمين بعض التعديلات والمقترحات علي دليل المعلمة للتدريس باستخدام استراتيجيات التعلم الممتع والتي تم تعديلها.

❖ **إعداد الدليل في صورته النهائية :** قامت الباحثة بإجراء التعديلات المقترحة عند إعداد دليل المعلمة في صورته النهائية، وبذلك أصبحت الوحدة المعدة صالحة للتطبيق علي عينة البحث باستخدام استراتيجيات التعلم الممتع.

وبذلك تتم الإجابة عن التساؤل الأول في البحث عن كيفية تخطيط دروس منهج الاقتصاد المنزلي للصف الرابع الابتدائي باستخدام استراتيجية التعلم الممتع لتحسين اليقظة الذهنية والانهماك في التعلم للتلاميذ عينة البحث .

ثانيا : إعداد أدوات البحث:

١- مقياس اليقظة الذهنية

قد مر إعداد المقياس بالخطوات التالية:

أ- **الهدف من المقياس:** يهدف هذا المقياس إلى قياس مدى التحسن في متغير اليقظة الذهنية لدى

تلميذات الصف الرابع الابتدائي عينة البحث . (اعداد الباحثة)

ب- **بناء المقياس:** لبناء المقياس تم الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي تناولت موضوع اليقظة الذهنية والتي منها عاصم ابراهيم (٢٠١٨) ؛ الفرجاني محمود (٢٠١٧) ،

الربيع (٢٠١٩)، (Deurr, 2008)، (Bernay (2009), Hased (2016). وتم التوصل لتصور عام للمقياس المستخدم في البحث الحالي ليتكون من (٣٠) مفردة .

ج- صياغة مفردات المقياس : تم صياغة عبارات المقياس في صورة عبارات تقريرية وروعي فيها الدقة والوضوح، وتم وضع البدائل من نوع ليكرت المتدرج الخماسي حيث يُطلب من التلميذ أن يضع علامة (√) أمام الاستجابة التي تعبر عن رأيه.

د- الخصائص السيكومترية لمقياس التفكير اليقظة الذهنية:

صدق وثبات مقياس اليقظة الذهنية :

صدق المقياس : يقصد به قدرة المقياس على قياس ما وضع لقياسه .

الصدق باستخدام الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس : تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٢) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس

م	الارتباط	الدالة	م	الارتباط	الدالة
١-	٠.٧٦٤	٠.٠١	١٦-	٠.٦٠٥	٠.٠٥
٢-	٠.٨٥٣	٠.٠١	١٧-	٠.٩٥٣	٠.٠١
٣-	٠.٩١٥	٠.٠١	١٨-	٠.٧١٨	٠.٠١
٤-	٠.٧٣٧	٠.٠١	١٩-	٠.٨٠٢	٠.٠١
٥-	٠.٨٢٦	٠.٠١	٢٠-	٠.٧٤٧	٠.٠١
٦-	٠.٧٠٩	٠.٠١	٢١-	٠.٦٣٧	٠.٠٥
٧-	٠.٨٨٤	٠.٠١	٢٢-	٠.٩٢٢	٠.٠١
٨-	٠.٩٤٥	٠.٠١	٢٣-	٠.٨٦٥	٠.٠١
٩-	٠.٦٤٣	٠.٠٥	٢٤-	٠.٧٨١	٠.٠١
١٠-	٠.٧٩٦	٠.٠١	٢٥-	٠.٨٧٥	٠.٠١
١١-	٠.٨٣٢	٠.٠١	٢٦-	٠.٦١٨	٠.٠٥
١٢-	٠.٧٧٥	٠.٠١	٢٧-	٠.٩٠٣	٠.٠١
١٣-	٠.٦٢٧	٠.٠٥	٢٨-	٠.٧٢٨	٠.٠١
١٤-	٠.٦٠٢	٠.٠٥	٢٩-	٠.٨٤٦	٠.٠١
١٥-	٠.٨٩٧	٠.٠١	٣٠-	٠.٧٥٧	٠.٠١

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠.٠١ - ٠.٠٥) لاقترابها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس عبارات المقياس .

الثبات : يقصد بالثبات reability دقة الاختبار في القياس والملاحظة ، وعدم تناقضه مع نفسه ، واتساقه واطراده فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك المفحوص ، وهو النسبة بين تباين الدرجة على المقياس التي تشير إلى الأداء الفعلي للمفحوص ، و تم حساب الثبات عن طريق :

١- معامل الفا كرونباخ Alpha Cronbach

٢- طريقة التجزئة النصفية Split-half

جدول (٣) قيم معامل الثبات لمحاوَر مقياس اليقظة الذهنية

التجزئة النصفية	معامل الفا	ثبات مقياس اليقظة الذهنية ككل
٠.٨٤٩ - ٠.٩٠٥	٠.٨٧٦	

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الثبات : معامل الفا ، التجزئة النصفية ، دالة عند مستوى ٠.٠١ . مما يدل على ثبات المقياس .

٢- مقياس الانهماك في التعلم

قد مر إعداد المقياس بالخطوات التالية:

أ- الهدف من المقياس: يهدف هذا المقياس إلى قياس مدى التحسن في متغير الانهماك في التعلم لدى تلميذات الصف الرابع الابتدائي عينة البحث .(اعداد الباحثة)

ب- بناء المقياس: لبناء المقياس تم الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الانهماك في التعلم والتي منها دراسة العنزى (٢٠١٦)، الغامدى (٢٠٢٠)، Skinner, E. A., & Pitzer, J. R. (2012), Fredericks, J.; & McColskey, W. (2012) وتم التوصل لتصور عام للمقياس المستخدم في البحث الحالي ليتكون من (٣٠) موزعة على ثلاثة أبعاد كالتالي:

- الانهماك المعرفى : يتكون من (١٠) مفردة تدل على الشعور بالكفاءة والرغبة في بذل الجهد أثناء عملية التعلم، بالإضافة إلى التنظيم والتخطيط الذاتي لأنشطة التعلم.

- الانهماك الوجدانى (الانفعالى) : ويتكون من (١٠) مفردة تدل على المشاعر والاتجاهات ومدركات بيئة التعلم التي تدفع المتعلم نحو المبادرة لبدء نشاط التعلم، والمشاركة فى المهام، والأنشطة التعليمية، والاستمرار فيها؛ بالإضافة إلى مشاعر الانتماء والتشارك والتعاون مع الزملاء.

- الانهماك السلوكى : ويتكون من (١٠) مفردة تدل على المشاركة الفعلية فى نشاطات محددة مرتبطة بالتعلم ، واتباع الأنظمة والالتزام بقواعد الغرفة الصفية .

ج- صياغة مفردات المقياس : تم صياغة عبارات المقياس في صورة عبارات تقريرية وروعي فيها الدقة والوضوح، وتم وضع البدائل من نوع ليكرت المتدرج الخماسي حيث يُطلب من التلميذ أن يضع علامة (√) أمام الاستجابة التي تعبر عن رأيه.

د- الخصائص السيكومترية لمقياس التفكير اليقظة الذهنية:

صدق وثبات مقياس الانهماك في التعلم :

صدق المقياس :

صدق الاتساق الداخلي :

١- حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المكونة لكل محور ، والدرجة الكلية للمحور بالمقياس .

٣- حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس

المحور الأول : الانهماك المعرفي :

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة ودرجة المحور (الانهماك المعرفي) ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٤) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور (الانهماك المعرفي)

م	الارتباط	الدالة	م	الارتباط	الدالة
-١	٠.٩٣٢	٠.٠١	-٦	٠.٩١٧	٠.٠١
-٢	٠.٨١٧	٠.٠١	-٧	٠.٦٤١	٠.٠٥
-٣	٠.٦١٣	٠.٠٥	-٨	٠.٧٣٤	٠.٠١
-٤	٠.٧٦٩	٠.٠١	-٩	٠.٨٢٤	٠.٠١
-٥	٠.٨٥٨	٠.٠١	-١٠	٠.٧٠٢	٠.٠١

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠.٠١ - ٠.٠٥) لاقتربها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس عبارات المقياس .

المحور الثاني : الانهماك الوجداني "الانفعالي" :

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة ودرجة المحور (الانهماك الوجداني "الانفعالي") ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٥) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور (الانهماك الوجداني "الانفعالي")

م	الارتباط	الدالة	م	الارتباط	الدالة
-١	٠.٦٠٧	٠.٠٥	-٦	٠.٧٧٢	٠.٠١
-٢	٠.٦٣٢	٠.٠٥	-٧	٠.٨٦٧	٠.٠١
-٣	٠.٩٤٣	٠.٠١	-٨	٠.٩٥٥	٠.٠١
-٤	٠.٧٩٥	٠.٠١	-٩	٠.٧١٤	٠.٠١
-٥	٠.٨٨٦	٠.٠١	-١٠	٠.٦٢٥	٠.٠٥

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠.٠١ - ٠.٠٥) لاقتربها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس عبارات المقياس .

المحور الثالث : الانهماك السلوكي :

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة ودرجة المحور (الانهماك السلوكي) ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٦) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور (الانهماك السلوكي)

م	الارتباط	الدلالة	م	الارتباط	الدلالة
-١	٠.٨٤٧	٠.٠١	-٦	٠.٧٨٧	٠.٠١
-٢	٠.٩٠٦	٠.٠١	-٧	٠.٩٢١	٠.٠١
-٣	٠.٨٧٣	٠.٠١	-٨	٠.٨٠٦	٠.٠١
-٤	٠.٩٣٥	٠.٠١	-٩	٠.٦١٦	٠.٠٥
-٥	٠.٦٤٤	٠.٠٥	-١٠	٠.٧٥٤	٠.٠١

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠.٠١ - ٠.٠٥) لاقتربها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس عبارات المقياس .

الصدق باستخدام الاتساق الداخلي بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس :

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكل محور (الانهماك المعرفي ، الانهماك الوجداني "الانفعالي" ، الانهماك السلوكي) والدرجة الكلية للمقياس (الانهماك في التعلم) ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٧) قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور (الانهماك المعرفي ، الانهماك الوجداني "الانفعالي" ، الانهماك السلوكي) والدرجة الكلية للمقياس (الانهماك في التعلم)

الدلالة	الارتباط	
٠.٠١	٠.٨٢٨	المحور الأول : الانهماك المعرفي
٠.٠١	٠.٨٩٩	المحور الثاني : الانهماك الوجداني "الانفعالي"
٠.٠١	٠.٧٤٢	المحور الثالث : الانهماك السلوكي

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠.٠١) لاقتربها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس محاور المقياس .

الثبات : تم حساب الثبات عن طريق :

١- معامل الفا كرونباخ Alpha Cronbach

٢- طريقة التجزئة النصفية Split-half

جدول (٨) قيم معامل الثبات لمحاور مقياس الانهماك في التعلم

التجزئة النصفية	معامل الفا	المحاور
٠.٨٤٢ - ٠.٧٨٩	٠.٨١٧	المحور الأول : الانهماك المعرفي
٠.٨٠٩ - ٠.٧٤٠	٠.٧٧٦	المحور الثاني : الانهماك الوجداني "الانفعالي"
٠.٩٣٥ - ٠.٨٧٢	٠.٩٠٣	المحور الثالث : الانهماك السلوكي
٠.٨٨٩ - ٠.٨٢٧	٠.٨٥٢	ثبات مقياس الانهماك في العلم ككل

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الثبات : معامل الفا ، التجزئة النصفية ، دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على ثبات المقياس

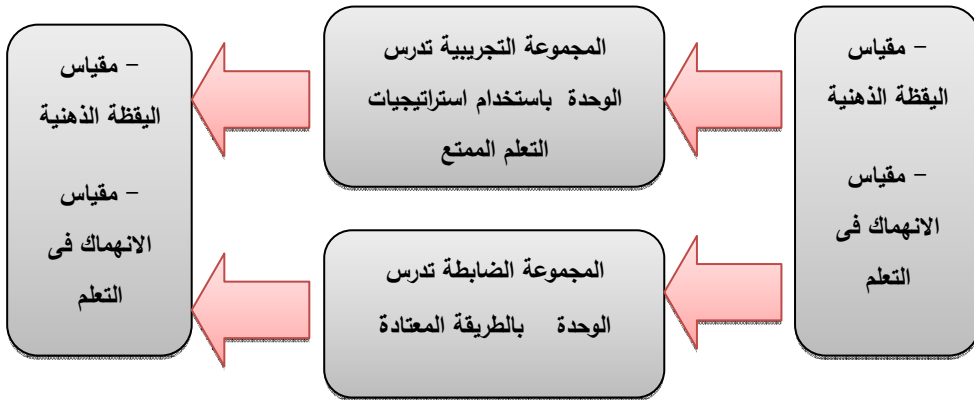
ثالثاً : إجراءات تجربة البحث.

أ - اختيار عينة البحث: تم تطبيق البحث على مجموعتين من تلاميذ الصف الرابع الابتدائي بإحدى مدارس المرحلة ابتدائية بإدارة العمرانية التعليمية بمحافظة الجيزة ، إحداهما تجريبية وعددها (٢٧) تلميذ ودرسوا وفق استراتيجيات التعلم الممتع ، والأخرى ضابطة وعددها (٢٥) تلميذ ودرسوا وفق الطريقة المتبعة في التدريس، وقد تم التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث قبل البدء في تطبيق التجربة كما سيرد لاحقاً .

ب- منهج البحث : اتبع البحث الحالي كلا المنهجين التاليين هما:

- المنهج الوصفي "Descriptive method" في دراسة الأدبيات العربية والأجنبية وإعداد الإطار النظري ، وأدوات الدراسة وتحليل النتائج وتفسيرها وتقديم التوصيات المقترحة.
- المنهج شبه التجريبي " Quasi-Experimental باستخدام مجموعتين متكافئتين ، المجموعة الضابطة ، المجموعة التجريبية ، حيث تم تطبيق أدوات البحث علي كلتا المجموعتين قبلياً ، ثم تم تدريس الوحدة المحددة للتطبيق للمجموعة التجريبية باستخدام استراتيجيات التعلم الممتع ، والتدريس للمجموعة الضابطة بالطريقة المعتادة ، ثم تطبيق الأدوات علي كلتا المجموعتين بعدياً . والشكل التالي يوضح تصميم تجربة البحث

شكل رقم (١) يوضح تصميم تجربة البحث



ج - متغيرات البحث : وتتضمن المتغيرات التالية :

- متغيرات مستقلة: تتمثل في تدريس موضوعات من منهج الاقتصاد المنزلي للصف الرابع الابتدائي باستخدام استراتيجيات التعلم الممتع .

- متغيرات تابعة : تضمنت اليقظة الذهنية ، الانهماك في التعلم .

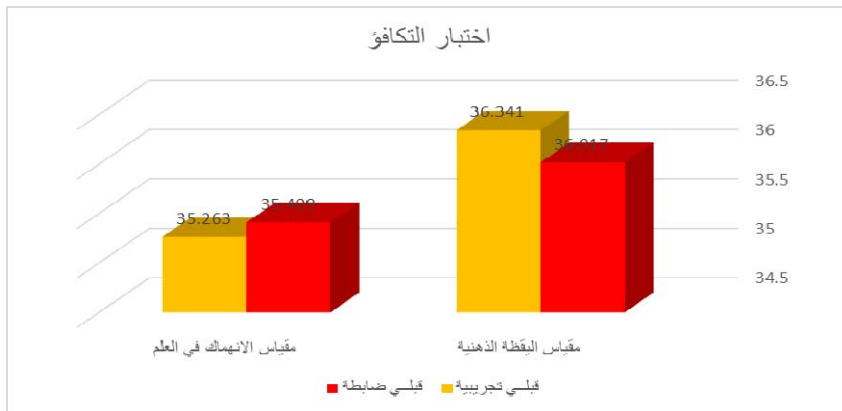
رابعاً : خطوات البحث التجريبية

١- تكافؤ مجموعتي البحث: لبحث فاعلية المتغير المستقل (التعلم الممتع) على المتغيرين التابعين (اليقظة الذهنية ، الانهماك في التعلم) كان لابد من ضبط أهم المتغيرات الخارجية؛ التي يمكن أن تؤثر على المتغيرات التابعة؛ وبهذا يمكن أن ننسب نتائج التغير في تلك المتغيرات إلى المتغير المستقل فقط.

وللتحقق من تكافؤ مجموعتي البحث تم تطبيق اختبار "ت" والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٩) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مقياس اليقظة الذهنية ومقياس الانهماك في العلم في التطبيق القبلي

اختبار التكافؤ	المتوسط الحسابي "م"	الانحراف المعياري "ع"	عدد أفراد العينة "ن"	درجات الحرية "د.ح"	قيمة ت	مستوى الدلالة واتجاهها
مقياس اليقظة الذهنية						
قبلي ضابطة	٣٦.٠١٧	٢.٧٦٢	٢٥	٥٠	٠.٦٦٥	٠.٤٢٥ غير دال
قبلي تجريبية	٣٦.٣٤١	٢.٨٨١	٢٧			
مقياس الانهماك في العلم						
قبلي ضابطة	٣٥.٤٠٩	٣.٠٧٥	٢٥	٥٠	٠.٤٧١	٠.٣٣٨ غير دال
قبلي تجريبية	٣٥.٢٦٣	٣.٥٨٢	٢٧			



شكل (٢) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مقياس اليقظة الذهنية ومقياس الانهماك في العلم في التطبيق القبلي

يتضح من الجدول (٩) والشكل (٢) الآتي :

١- أن قيمة "ت" تساوي "٠.٦٦٥" وهي قيمة غير دالة إحصائياً ، حيث كان متوسط درجات

تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق القبلي لمقياس اليقظة الذهنية "٣٦.٠١٧" ، بينما كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي لمقياس اليقظة الذهنية "٣٦.٣٤١" .

٢- أن قيمة "ت" تساوي "٠.٤٧١" وهي قيمة غير دالة إحصائيا ، حيث كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق القبلي لمقياس الانهماك في العلم "٣٥.٤٠٩" ، بينما كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي لمقياس الانهماك في العلم "٣٥.٢٦٣" ، مما يشير إلى عدم وجود فروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، مما يدل على تكافؤ المجموعتين قبل تطبيق تجربة البحث .

٢- **تنفيذ تجربة البحث:** بعد الانتهاء من اجراء التطبيق القبلي لأدوات البحث علي المجموعتين التجريبية ، والمجموعة الضابطة قامت الباحثة بالتدريس للمجموعة التجريبية باستخدام استراتيجيات التعلم الممتع ، والتدريس للمجموعة الضابطة بالطريقة المعتادة ، حيث إمتدت فترة التطبيق إلي (٦) أسابيع بواقع حصتين أسبوعيا ، أي بإجمالي (١٢) حصة .

٣- **التطبيق البعدي لأدوات البحث :** بعد الانتهاء من تدريس الوحدة المحددة للتجريب المقررة علي تلاميذ الصف الرابع الابتدائي قامت الباحثة بتطبيق أدوات البحث بعديا علي تلميذات مجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) ، وذلك لمقارنة مستوى أداء تلميذات مجموعتي البحث علي أدوات البحث قبل وبعد التدريس ثم رصد الدرجات لمجموعتي الدراسة بهدف معالجتها إحصائيا .

٤- **عرض خطة استخلاص نتائج البحث :** بعد الانتهاء من التطبيقين القبلي والبعدي لأدوات البحث ، تم رصد الدرجات الخاصة بكل أداة في جدول ، وذلك لإجراء المعالجة الإحصائية اللازمة للإجابة عن تساؤلات البحث والتحقق من صحة الفروض.

أ) **تسجيل البيانات:** بعد الانتهاء من رصد درجات التلميذات بعد تطبيق أدوات البحث قبلها وبعديا، تم تسجيل البيانات الخاصة بالأدوات في صورة ملاتمة لإجراء المعالجة الإحصائية .

ج) **الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات:** استخدمت الباحثة برنامج الرزم الإحصائية (SPSS) (18) في التوصل إلى النتائج بالأساليب الإحصائية الآتية:

- ١- اختبار " ت " للعينتين المستقلتين للمقارنة بين متوسطى درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس اليقظة الذهنية ، ومقياس الانهماك فى التعلم .
- ٢- اختبار " ت " للعينتين المرتبطتين للمقارنة بين متوسطى درجات التطبيقين القبلي والبعدي فى مقياس اليقظة الذهنية ، ومقياس الانهماك فى التعلم .

٣- حجم التأثير η^2 لدراسة حجم تأثير المتغير المستقل في المتغيرين التابعين: وذلك لمعرفة التباين في درجات المتغيرين التابعين التي تعزى إلى المتغير المستقل .

٤- معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة الإرتباطية بين اليقظة الذهنية ، الانهماك في التعلم .

نتائج البحث :

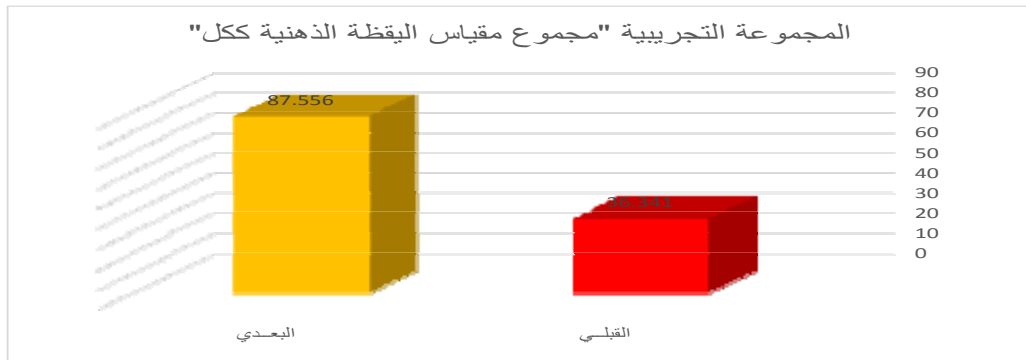
الفرض الأول:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية لصالح التطبيق البعدي" .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تطبيق اختبار "ت" والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (١٠) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية

المجموعة التجريبية	المتوسط الحسابي "م"	الانحراف المعياري "ع"	عدد أفراد العينة "ن"	درجات الحرية "د.ح"	قيمة ت	مستوى الدلالة واتجاهها
مجموع مقياس اليقظة الذهنية ككل						
القبلي	٣٦.٣٤١	٢.٨٨١	٢٧	٢٦	٤٦.٠١٦	٠.٠١
البعدي	٨٧.٥٥٦	٦.٢١٤				لصالح البعدي



شكل (٣) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية

يتضح من الجدول (١٠) والشكل (٣)

أن قيمة "ت" تساوي "٤٦.٠١٦" لمجموع مقياس اليقظة الذهنية ككل ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح الاختبار البعدي ، حيث كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق البعدي "٨٧.٥٥٦" ، بينما كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق القبلي "٣٦.٣٤١" ، وبذلك يتحقق الفرض الأول .

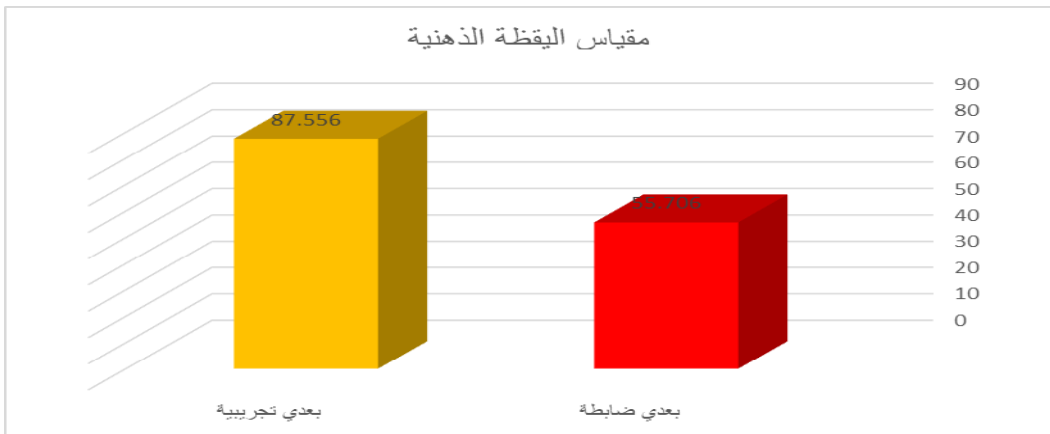
الفرض الثاني :

"توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس اليقظة الذهنية البعدي لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تطبيق اختبار "ت" والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (١١) دلالة الفروق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس اليقظة الذهنية البعدي

مستوى الدلالة واتجاهها	قيمة ت	درجات الحرية "د.ح"	عدد أفراد العينة "ن"	الانحراف المعياري "ع"	المتوسط الحسابي "م"	مقياس اليقظة الذهنية
٠.٠١ لصالح التجريبية	٢٧.٩٢٤	٥٠	٢٥	٤.١٢٩	٥٥.٧٠٦	بعدي ضابطة
			٢٧	٦.٢١٤	٨٧.٥٥٦	بعدي تجريبية



شكل (٤) دلالة الفروق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس اليقظة الذهنية البعدي

يتضح من الجدول (١١) والشكل (٤)

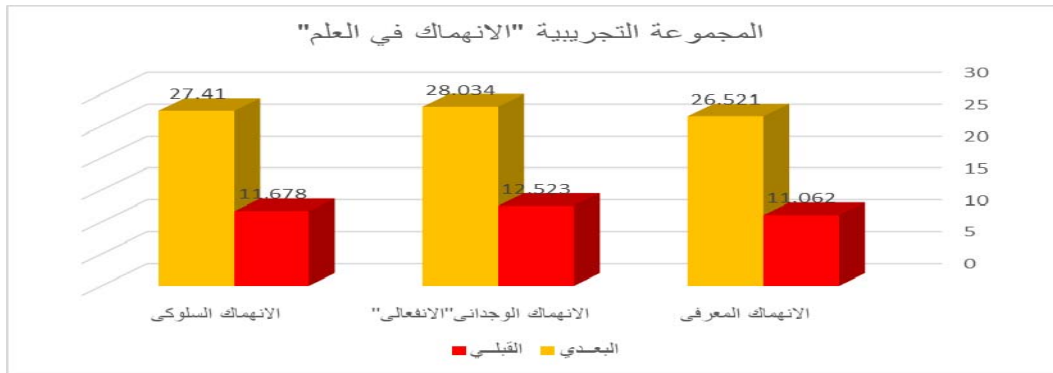
أن قيمة "ت" تساوي "٢٧.٩٢٤" لمجموع مقياس اليقظة الذهنية ككل ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح المجموعة التجريبية ، حيث كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي "٨٧.٥٥٦" ، بينما كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي "٥٥.٧٠٦" ، وبذلك يتحقق الفرض الثاني .

الفرض الثالث :

"توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الانهماك في التعلم لصالح التطبيق البعدي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تطبيق اختبار "ت" والجدول التالي يوضح ذلك :
جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الانهماك في التعلم

المجموعة التجريبية	المتوسط الحسابي "م"	الانحراف المعياري "ع"	عدد أفراد العينة "ن"	درجات الحرية "د.ح"	قيمة ت	مستوى الدلالة واتجاهها
المحور الأول : الانهماك المعرفي						
القبلي	١١.٠٦٢	١.٥٥٣	٢٧	٢٦	١٣.٢٧١	٠.٠٠١
البعدي	٢٦.٥٢١	٢.٢٦١				لصالح البعدي
المحور الثاني : الانهماك الوجداني "الانفعالي"						
القبلي	١٢.٥٢٣	١.٠٢٤	٢٧	٢٦	١٨.٩٩٥	٠.٠٠١
البعدي	٢٨.٠٣٤	٢.٤٣٥				لصالح البعدي
المحور الثالث : الانهماك السلوكي						
القبلي	١١.٦٧٨	١.٤٢٠	٢٧	٢٦	١٧.٠٣٤	٠.٠٠١
البعدي	٢٧.٤١٠	٢.٠٠١				لصالح البعدي
مجموع مقياس الانهماك في التعلم ككل						
القبلي	٣٥.٢٦٣	٣.٥٨٢	٢٧	٢٦	٤١.٠٩٧	٠.٠٠١
البعدي	٨١.٩٦٥	٦.٦٧٠				لصالح البعدي



شكل (٥) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الانهماك في التعلم

يتضح من الجدول (١٢) والشكل (٥) الآتي :

١- أن قيمة "ت" تساوي "١٣.٢٧١" للمحور الأول : الانهماك المعرفي ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ لصالح الاختبار البعدي ، حيث كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق البعدي "٢٦.٥٢١" ، بينما كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق القبلي "١١.٠٦٢"

٢- أن قيمة "ت" تساوي "١٨.٩٩٥" للمحور الثاني : الانهماك الوجداني "الانفعالي" ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح الاختبار البعدي ، حيث كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق البعدي "٢٨.٠٣٤" ، بينما كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق القبلي "١٢.٥٢٣" .

٣- أن قيمة "ت" تساوي "١٧.٠٣٤" للمحور الثالث : الانهماك السلوكي ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح الاختبار البعدي ، حيث كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق البعدي "٢٧.٤١٠" ، بينما كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق القبلي "١١.٦٧٨" .

٤- أن قيمة "ت" تساوي "٤١.٠٩٧" لمجموع مقياس الانهماك في التعلم ككل ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح الاختبار البعدي ، حيث كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق البعدي "٨١.٩٦٥" ، بينما كان متوسط درجات التلاميذ في التطبيق القبلي "٣٥.٢٦٣" ، وبذلك يتحقق الثالث .

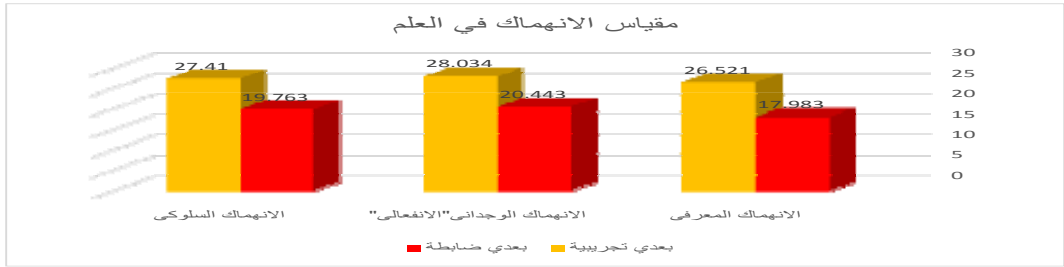
الفرض الرابع :

"توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس الانهماك في التعلم البعدي لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تطبيق اختبار "ت" والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس الانهماك في التعلم البعدي

مقياس الانهماك في العلم	المتوسط الحسابي "م"	الانحراف المعياري "ع"	عدد أفراد العينة "ن"	درجات الحرية "د.ح"	قيمة ت	مستوى الدلالة واتجاهها
المحور الأول : الانهماك المعرفي						
بعدي ضابطة	١٧.٩٨٣	١.٤٥٧	٢٥	٥٠	١٣.٠٥٤	٠.٠١ لصالح التجريبية
بعدي تجريبية	٢٦.٥٢١	٢.٢٦١	٢٧			
المحور الثاني : الانهماك الوجداني "الانفعالي"						
بعدي ضابطة	٢٠.٤٤٣	٢.٢٠١	٢٥	٥٠	١١.١٨٥	٠.٠١ لصالح التجريبية
بعدي تجريبية	٢٨.٠٣٤	٢.٤٣٥	٢٧			
المحور الثالث : الانهماك السلوكي						
بعدي ضابطة	١٩.٧٦٣	١.٩٩٩	٢٥	٥٠	١٠.٤٦٢	٠.٠١ لصالح التجريبية
بعدي تجريبية	٢٧.٤١٠	٢.٠٠١	٢٧			
مجموع مقياس الانهماك في العلم ككل						
بعدي ضابطة	٥٨.١٨٩	٤.٨٩٣	٢٥	٥٠	٢٢.٤٠٩	٠.٠١ لصالح التجريبية
بعدي تجريبية	٨١.٩٦٥	٦.٦٧٠	٢٧			



شكل (٦) دلالة الفروق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة الضابطة وتلاميذ المجموعة التجريبية في مقياس الانهماك في التعلم البعدي

يتضح من الجدول (١٣) والشكل (٦) الآتي :

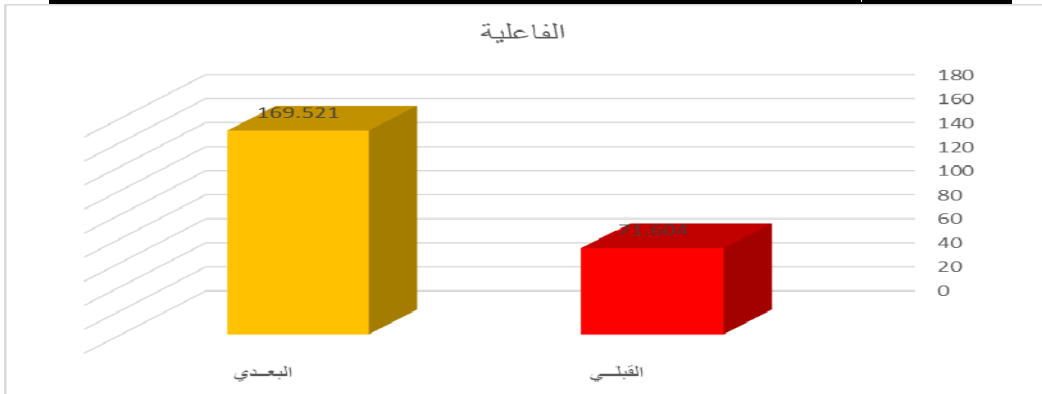
- ١- أن قيمة "ت" تساوي "١٣.٠٥٤" للمحور الأول : الانهماك المعرفي ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح المجموعة التجريبية ، حيث كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي "٢٦.٥٢١" ، بينما كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي "١٧.٩٨٣" .
- ٢- أن قيمة "ت" تساوي "١١.١٨٥" للمحور الثاني : الانهماك الوجداني "الانفعالي" ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح المجموعة التجريبية ، حيث كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي "٢٨.٠٣٤" ، بينما كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي "٢٠.٤٤٣" .
- ٣- أن قيمة "ت" تساوي "١٠.٤٦٢" للمحور الثالث : الانهماك السلوكي ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح المجموعة التجريبية ، حيث كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي "٢٧.٤١٠" ، بينما كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي "١٩.٧٦٣" .
- ٤- أن قيمة "ت" تساوي "٢٢.٤٠٩" لمجموع مقياس الانهماك في التعلم ككل ، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ لصالح المجموعة التجريبية ، حيث كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي "٨١.٩٦٥" ، بينما كان متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي "٥٨.١٨٩" ، وبذلك يتحقق الفرض الرابع .

الفرض الخامس :

"توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية ومقياس الانهماك في التعلم لصالح التطبيق البعدي"

وللتحقق من هذا الفرض تم تطبيق اختبار "ت" والجدول التالي يوضح ذلك :
جدول (١٤) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية ومقياس الانهماك في التعلم

مستوى الدلالة واتجاهها	قيمة ت	درجات الحرية "د.ح"	عدد أفراد العينة "ن"	الانحراف المعياري "ع"	المتوسط الحسابي "م"	الفاعلية
٠.٠١ لصالح البعدي	٥٦.٨١٠	٢٦	٢٧	٦.٩٤٥	٧١.٦٠٤	القبلي
				٩.٥٨٧	١٦٩.٥٢١	البعدي



شكل (٧) دلالة الفروق بين متوسطي درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس اليقظة الذهنية ومقياس الانهماك في التعلم

يتضح من الجدول (١٤) والشكل (٧) أن قيمة "ت" تساوي "٥٦.٨١٠" وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ ، حيث كان متوسط درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي "١٦٩.٥٢١" ، بينما كان متوسط درجات التلاميذ بالمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي "٧١.٦٠٤" ، مما يشير إلى وجود فروق حقيقية بين التطبيقين لصالح التطبيق البعدي ، مما يدل على دور التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين اليقظة الذهنية والانهماك في التعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

ولمعرفة حجم التأثير تم تطبيق معادلة ايتا : $t = \text{قيمة (ت)} = ٥٦.٨١٠$ ، $df = \text{درجات الحرية} =$

٢٦

وبحساب حجم التأثير وجد إن $n^2 = ٠.٩٩$

ويحدد حجم التأثير ما إذا كان كبيراً أو متوسطاً أو صغيراً كالاتي :

حجم تأثير صغير = ٠.٢

حجم تأثير متوسط = ٠.٥

حجم تأثير كبير = ٠.٨

وهذا يعنى أن حجم التأثير كبير ، وبذلك يتحقق الفرض الخامس .

الفرض السادس :

"توجد علاقة ارتباطية بين مقياس اليقظة الذهنية ومحاور مقياس الانهماك في التعلم" وللتحقق من صحة هذا الفرض تم عمل مصفوفة ارتباط بين مقياس اليقظة الذهنية ومحاور مقياس الانهماك في التعلم والجدول التالي يوضح قيم معاملات الارتباط :

جدول (١٥) مصفوفة الارتباط بين مقياس اليقظة الذهنية ومحاور مقياس الانهماك في التعلم

الانهماك في التعلم ككل	الانهماك السلوكي	الانهماك الوجداني "الانفعالي"	الانهماك المعرفي	مقياس اليقظة الذهنية ككل
**٠.٨٣٩	**٠.٩١٤	*٠.٦٠٨	**٠.٧٧٢	

* دال عند ٠.٠٥

** دال عند ٠.٠١

يتضح من الجدول (١٥) وجود علاقة ارتباط طردي بين مقياس اليقظة الذهنية ومحاور مقياس الانهماك في العلم عند مستوى دلالة ٠.٠١ ، ٠.٠٥ ، فكلما زادت اليقظة الذهنية كلما زاد الانهماك المعرفي ، كذلك كلما زادت اليقظة الذهنية كلما زاد الانهماك الوجداني "الانفعالي" ، كذلك كلما زادت اليقظة الذهنية كلما زاد الانهماك السلوكي ، فكلما زادت اليقظة الذهنية كلما زاد الانهماك في التعلم بمحاوره "الانهماك المعرفي ، الانهماك الوجداني "الانفعالي" ، الانهماك السلوكي" ، وبذلك يتحقق الفرض السادس .

التعقب على نتائج البحث

- بالنسبة لنتائج الفروض التي تشير الى فاعلية التعلم الممتع فى تحسين اليقظة الذهنية إن أهمية الترفيه والترويح في حياة الإنسان تأتي من كونه نشاطاً إنسانياً جالباً للمتعة والسرور للنفس البشرية، وهو قائم على التنوع في ألوانه، وأنماطه، وفعالياته، وطرقه المختلفة، التي تمنحه علاقةً إيجابيةً وفاعلةً تتصل بالكثير من مجالات الحياة، سواءً على المستوى الفردي أو الجماعي؛ إذ إن له علاقةً بالجوانب الصحية والعلاجية جسميّة كانت أم نفسية، وله علاقةً بالجوانب التربوية والتعليمية، إذ أنه باعث على التقليل من جمود العملية التعليمية، وقادر عند استخدامه على تحبيب الأطفال بالمدرسة وبالعملية التعليمية، وجعله أكثر ترابطاً و شوقاً للعلم.

كما وأن له علاقةً بالجوانب الفكرية والابتكارية والمهارية، وتنمية الميول، وتلبيةً للغرائز الفطرية للطفل. ويتضح من النتائج السابقة الأثر الإيجابي للتعلم الممتع على تحسين اليقظة الذهنية ، ويعزو ذلك لأن استراتيجيات التعلم الممتع تعمل على جذب انتباه التلاميذ واهتمامهم نحو التعلم، فهي تقضي بشكل

كلي على عوامل الملل والشروود الذهني، كما أنها تتحدى جمود المادة العلمية وتجعل منها مادة مرحة، ممتعة، مشوقة، جاذبة، تخلق جو من الإيجابية والاهتمام بالمادة.

ولأن خصائص الأطفال النمائية في هذه المرحلة العمرية تتجه نحو الترفيه والنشاط كانت استراتيجيات التعلم الممتع محققة لليقظة الذهنية لاهتمام التلاميذ بممارسة هذه الأنشطة.

ان تنوع استراتيجيات التعلم الممتع - بحيث كان لكل حصة استراتيجيات جديدة تم التعلم بها - وكسرهما لحواجز الملل زادت من دافعية التلاميذ للتعلم، وبالتالي زادت من تركيز وانتباه التلاميذ للعملية التعليمية، وجعلهم يقظين أثناء التعلم، وبالطبع فإن ذلك قد يسهم في تنمية مستوي اليقظة الذهنية لديهم، ومن جانب آخر فإن استراتيجيات التعلم الممتع تلبي الفروق الفردية بين التلاميذ، وأساليب التعلم المختلفة لديهم، ومن ثم فإنها توفر بيئة تعلم مناسبة لاستعداداتهم وقدراتهم الخاصة، الأمر الذي قد يكون مناسباً لجعلهم يقظين ذهنياً طوال فترة التعلم.

اضافة الى ماسبق تعزو الباحثة هذه النتيجة أيضا إلى أن التلاميذ غالباً ما يواجهون انتباههم بصورة مباشرة للمثيرات الجديدة وغير العادية وتجعلهم يمتازون بيقظة ذهنية عالية .

- بالنسبة لنتائج الفروض التي تشير الى فاعلية التعلم الممتع في تحسين الانهماك في التعلم

يعزى التحسن لانهماك التلاميذ في التعلم الى مناسبة استراتيجيات التعلم الممتع للمرحلة العمرية، كما أن الاستراتيجيات جعلت التلاميذ يوظفون أكثر من حاسة في التفكير، جعلت استراتيجيات التعلم الممتع التلميذ هو محور العملية التعليمية من خلال ممارسته للاستراتيجيات بنفسه، وقد خلق التعلم الممتع جواً من النشاط والترفيه والضحك والمتعة والتسلية داخل الحصص مما كان له الأثر الإيجابي في رفع وزيادة الميل الإيجابي للتلاميذ نحو التعلم، كذلك مناسبة استراتيجيات التعلم الممتع لخصائص التلاميذ النمائية في مثل هذه المرحلة العمرية، وقد كسرت استراتيجيات التعلم الممتع الجمود والملل والرتابة والتجريد، وبتت في الحصص الحيوية والنشاط والمتعة.

ومن خلال الملاحظة المباشرة من الباحثة خلال تنفيذها لاستراتيجيات التعلم الممتع على التلاميذ لاحظت الباحث الفرحة والسعادة والاندماج والمتعة ترتسم على وجوه التلاميذ، كما أنه كان هناك تفاعل كبير من كل فئات التلاميذ في جميع الأنشطة المعروضة والمقدمة خلال تنفيذ استراتيجيات التعلم الممتع، هذا التنوع أسهم في انهماك التلاميذ في التعلم بكل حواسهم.

- بالنسبة لنتيجة الفرض الذي يشير الى وجود علاقة ارتباطية بين اليقظة الذهنية والانهماك في

التعلم اتفقت نتائج هذا الفرض مع ما أشار إليه (Hassed, 2016) بأن اليقظة الذهنية طريقة في التفكير تحفز الانتباه إلى المتغيرات البيئية وأنها تشتمل على مجموعة واسعة من التطبيقات ذات الصلة بالتعليم، حيث تشتمل على تعزيز الصحة العقلية، وتحسين التواصل، والتعاطف، والتطور

العاطفي، وتحسين الصحة البدنية، وتعزيز التعلم وهذه العناصر لها صلة قوية بالانهماك فى التعلم بأبعاده الثلاثة .

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما يشير اليه Anggoro, et al. 2017 إلى أن هذه الاستراتيجية تتطلب من المتعلم تضافر العديد من الأجهزة الحسية فى أثناء عمليات لتعلم ،وقد أظهرت العديد من الأدبيات أن أنشطة التعلم الممتع تعطي نتائج إيجابية تعود بالنفع على المعلم والمتعلم معا ومنها دراسة Vaiouli 2014 دراسة توفلي 2014 Tovli، دراسة آمال محمد ٢٠١٨ .

التوصيات :

- تدريب معلمات الاقتصاد المنزلي فى المرحلة الابتدائية على متطلبات تنفيذ استراتيجيات التعلم الممتع، وآليات استخدامها.
- إعداد دروس نموذجية لاستراتيجيات التعلم الممتع من المعلمات، ورفعها على موقع الوزارة للاستفادة وتبادل الخبرات.
- زيادة وعي معلمات الاقتصاد المنزلي باستراتيجيات التعلم الممتع من خلال الندوات، الدورات، النشرات التوضيحية.
- تطوير المناهج بما يضمن التركيز على اليقظة الذهنية، واستثمارها فى رفع مستوى الأداء الأكاديمي للطلبة.
- ضرورة استخدام التعلم الممتع كمنحى تعليمي فى تعليم الاقتصاد المنزلي وخاصة لتلاميذ المرحلة الأساسية الدنيا.
- ابتكار استراتيجيات جديدة تراعي التعلم الممتع.
- ضرورة تبني القائمين على تخطيط المناهج وبنائها دروساً وأنشطة وتمارين تعتمد فى تنفيذها على التعلم الممتع .
- القيام بمزيد من الدراسات والبحوث للكشف عن العوامل التي يمكن أن تعزز انهماك الطلبة فى أنشطة التعلم فى القاعات الدراسية .
- إثراء مقررات طرق التدريس للاقتصاد المنزلي بمحتوي علمي عن التعلم للمتعة وخبراته وأساليب تنفيذه بصورة عملية، وذلك ضمن برنامج الإعداد ، حيث إن ثقافة التعلم للمتعة واستراتيجياته غير متحقق بصورة واضحة ومباشرة ضمن هذه المقررات التربوية .

المقترحات:

- أثر استخدام استراتيجيات التعلم الممتع على عادات العقل لدى طلاب الصف السادس الابتدائي.
- أثر استخدام برنامج تدريبي مقترح قائم على استراتيجيات التعلم الممتع لمعلمات الاقتصاد المنزلي بالمرحلة الابتدائية في ضوء الواقع على تطوير أدائهن.
- إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين اليقظة الذهنية ومتغيرات أخرى مثل (أنواع الذكاءات المتعددة).
- إعداد دراسات مماثلة للدراسة الحالية في موضوعات دراسية أخرى، وعلى مراحل دراسية مختلفة.
- إعداد دراسات تبحث في أثر التعلم الممتع على متغيرات أخرى مثل التفكير والتحصيل أو اكتساب المفاهيم.
- إجراء دراسة مقارنة بين أثر التعلم الممتع وغيره من طرق التدريس الحديثة في تحسين اليقظة الذهنية .
- إجراء دراسات تتناول اليقظة الذهنية على عينات أخرى وعلاقتها بمتغيرات أخرى.

المراجع :

- ابراهيم رفعت ابراهيم (٢٠١٧): فاعلية استراتيجية مقترحة للتعلم للمتعة في اكتساب العمليات الأساسية للمجموعات وتنمية الذكاء الفكاهي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد ، ع(٢٢).
- أحمد بارباع (٢٠١٧): التعلم الممتع "موقع مدارس قرطبة"
www.qps.edu.sa/booksdownload/s2.docx
- آمال أحمد محمد(٢٠١٨): فاعلية برنامج تدريبي قائم على متعة التعلم في تعزيز الدافعية والمشاركة الاكاديمي للتلاميذ ذوي صعوبات تعلم القراءة بالمرحلة الابتدائية ، مجلة التربية الخاصة ، جامعة الزقازيق، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية ، ع (٢٣)، ١١٤-١٦٣.
- خالد أحمد الغامدي (٢٠٢٠): القدرة التنبؤية لمكونات التعلم المنظم ذاتيا في مستوى الإنهماك في التعلم لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة حائل، المجلة العربية للتربية النوعية. مج٤، ع١٤، يوليو .

- رفعه رافع الزعبي(٢٠١٣): انهماك الطلبة في تعلم اللغة الانجليزية وعلاقته بكل من علاقة الطلبة بمعلمي اللغة الانجليزية واتجاهاتهم نحو تعلمها، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مج (٩)، ع (٢)، ٢٢١ - ٢٤١.
- رهام أبو وردة(٢٠١٦) : الوسائل التعليمية في الرياضيات"، موقع موضوع للتعليم.
<http://mawdoo3.com/%D8%A7%D9%84%D9%>
- زيد الهويدى(٢٠٠٨) : الألعاب التربوية ، دار الكتاب الجامعى ، الامارات العربية المتحدة.
- سعد أنور السندي(٢٠١٠) : اليقظة الذهنية وعلاقتها بالنزعة الاستهلاكية لدى موظفي الدولة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد.
- سلطان سليمان العنزي (٢٠١٦): الفاعلية الذاتية وعلاقتها في الانهماك بتعلم اللغة الإنجليزية لدى طلاب المرحلة المتوسطة بحائل، مجلة التربية، ع(١٧١)، ٤٨٠-٥٠٠.
- سلطان سليمان العنزي(٢٠١٦): القدرة التنبؤية لنموذج جلاسر في إدارة الصف بالانهماك في التعلم لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة حائل، بحث مقدم إلى جائزة خليفة التربوية، أبو ظبي.
- سلمان الخضير (٢٠٠٣): طفل ما قبل المدرسة وتطلعات العبور:٢التعليم بالترفيه مقررات بلا حدود. مناهج، السعودية، ع (٣)، ٣٠-٤٣.
- صفاء أحمد الصمادي، عبدالرحمن الهاشمى (٢٠١٩): دور اقتصاد المعرفة في تنمية التعلم الممتع لدى طلبة المرحلة الثانوية من وجهة نظر مشرفي المرحلة في الأردن، مجلة المثقال للعلوم الاقتصادية والإدارية ،جامعة العلوم الإسلامية العالمية، عمادة البحث العلمي.
- عاصم محمد ابراهيم(٢٠١٨): فاعلية تدريس مقرر الأحياء باستخدام استراتيجية محطات التعليم في تنمية اليقظة الذهنية والإستيعاب المفاهيمي لدى طلاب الصف الأول الثانوي، مجلة كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، مج ١٢، ع٢، ابريل ، ٢٢٦ - ٢٤٥.
- عثمان السواعي (٢٠٠٤): معلم الرياضيات الفعال، 'دار القلم: دبي.
- علي الحفناوي (٢٠١٥): أساليب التدريس الحديثة " التعلم الممتع والمرح" الموقع الشخصي للأستاذ على الحفناوي <http://elhefnawy.yoo7.com/t105-topic>
- علي الحوات (٢٠٠٤): نمو شخصية الطفل من خلال الترفيه واللعب: نموذج من ليبيا، مجلة الطفولة والتنمية، مج ١٥، ع١٦٧، ٤١٨٣.
- فتحى عبد الرحمن الضبع (٢٠١٦): اليقظة العقلية وعلاقتها بالسعادة الدراسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ، بحث مقبول للنشر فى مجلة الارشاد النفسي ، مصر ، بتاريخ ٢٤/٨/٢٠١٦.
- الفرجاني السيد محمود(٢٠١٧): فاعلية تدريب معلمي العلوم والرياضيات على التعليم الدامج للتفكير النشط في سياق اجتماعيTASC وخرائط التفكير في تنمية قدرات الإستدلال واليقظة

- العقلية ودافعية التعلم والمستويات المعرفية لاختبار TIMSS، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، ٤٤، يناير، ٢-١٢٥.
- فيصل الربيع (٢٠١٩) : العلاقة بين الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة اليرموك ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مج(١٥)ع(١)، ٧٩-٩٧.
- ماشى محمد الشمري (٢٠١٥): ١٠١ استراتيجيات في التعلم النشط ، مكتبة الملك فهد الوطنية ، الرياض.
- محسن حامد فراج(٢٠١٩): بناء العقلية العلمية، التعلم الممتع، جودة الحياة: غايات جديدة للتربية العلمية ،المؤتمر العلمي الحادي والعشرون : التربية العلمية وجودة الحياة ، الجمعية المصرية للتربية العلمية، جامعة عين شمس ، كلية التربية، يوليو ، ٥-٣١.
- مرام طريبه (٢٠١٦): القدرة التنبؤية للكفاءة الأكاديمية المدركة والخوف من الفشل بالانغماس المدرسي لدى طلبة المرحلتين الأساسية والثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، عمان، الأردن.
- منه الله محمود (٢٠١٨): تعرف على كل ما يخص أنشطة "توكاتسو" المدارس المصرية اليابانية <https://akhbarelyom.com/news/newdetails/2844737/1>
- نوال الزكري (٢٠١٦) :أثر برنامج تدريبي في التفكير في مواقف حياتية في تنمية مهارات التفكير الاختراعي لدى طالبات الصف التاسع بالمملكة العربية السعودية، دراسات العلوم التربوية، (٤٣)٢، ٩٤٩-٩٧١.
- نورة عبد الرحمن القضيبي(٢٠٢٠): الانهماك في التعلم في ضوء التوجهات الهدافية وتأجيل الإشباع الأكاديمي لدى طالبات الكليات الصحية ، مجلة دراسات في العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، عمادة البحث العلمي، مج٤٧، ع٤٤، ٤٦٦ - ٤٨٤.
- نيفين البركاتي (٢٠١٨) : أثر استخدام برنامج تدريبي قائم على التدريس الفعال في تنمية التحصيل ومهارات اتخاذ القرار لدى طالبات طرق تدريس الرياضيات بجامعة أم القرى "مجلة تربويات الرياضيات، مجلد ٧، ع ١ ، كلية التربية، جامعة بنها.
- هشام مريزيق، ؛ جعفر درويش (٢٠٠٨) : أساليب تدريس الرياضيات، "دار الربية: الأردن.
- هنية جاد عيد (٢٠١٩): اليقظة الذهنية لدي الباحثين والإفادة منها في تطوير البحث التربوي بكليات التربية ، مجلة كلية التربية ، جامعة أسيوط ، مج (٣٥)ع(٤)، ٤٧٠ - ٥٣٧.
- Anggoro, S.,& Sholehuddin, M.(2017). Influence of joyful learning on elementary school students' attitudes toward science. Journal of Physics: Conf.,812 (1),1-6.
- Baer, A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual & empirical review. Clinical Psychology: Science &Practice, 10, 125-143.doi: 10.1093/clipsy /bpg015.

- Bernay, R. (2009), "Using mindfulness to slow down in order to speed up progress for children with special needs", Double Blind Peer Reviewed Proceedings of the Making Inclusive Education, Sept. 28-30, Wellington.
- Brown, K. W., Ryan, R. M & .Creswell, J. D. (2007). Mindfulness: theoretical foundations and evidence.
- Carey, P. (2012). Student engagement: stakeholder perspectives on course representation in university governance. *Studies in Higher Education*, 38 (9),1290-1304.
- Cook-Sather, A. (2013).Catalysing multiple forms of engagement: Student-staff partnerships exploring teaching& learning. In Dunne, E.& Owen, D. *The student engagement handbook: Practice in higher education* , 549–65.
- Cothran, D. J. , & Ennis, C. D. (2000). Building bridges to student engagement: Communicating respect and care for students in urban high schools. *Journal of Research and Development in Education*, 33(4), 106-117.
- Dalrymple, L. & Herbert, D. (2007). Acceptance & commitment therapy for generalized social anxiety disorder: a pilot study. *Behavior Modification*, 31, 543-568. doi: 10.1177/ 0145445507302037
- Deurr ,M.(2008). The use of meditation and mindfulness practice to support military care providers :A prospectus. Report prepared to center for contemplative mind in society.
- Dunne, E.; Bagnall, J.; & Cooper, B. (2012). Students engaging with change. In Dunne, E.& Owen, D.(2013). *The student engagement handbook: Practice in higher education*, 527–47.
- Finn, J.; & Zimmer, K. (2012). 'Student Engagement: What Is It? Why Does It Matter?', in *Handbook of research on student engagement* S. Christenson, A. L. Reschly & C. Wylie, Eds, Springer, 97-131.
- Fisher, R. (2006). Still thinking: The case for meditation with children. *Thinking Skills and Creativity*, 1(2), 146-151. for its salutary effects .*Psychological Inquiry*.237 -211• (4)18.
- Fredericks, J.; & McColskey, W. (2012). 'The Measurement of Student Engagement: A Comparative Analysis of Various Methods& Student Self report Instruments', in *Handbook of research on student engagement* S.Christenson, A. L. Reschly& C. Wylie, Eds.
- Glomb ,T ,M, Duffy ,M ,K, Bono J ,E&Yang T(2011) .Mindfulness at work. *Res. Pers. Hum. Resour. Manag.* 30:115.

- Hanley, A. W., Palejwala, M. H., Hanley, R. T., Canto, A. I., & Garland, E. L.(2015). A Failure in mind: Dispositional mindfulness and positive reappraisal as predictors of academic self-efficacy following failure. *Personality and Individual Differences*, 86(1), 332-337.
- Hassed, C. (2016). Mindful learning: Why attention matters in education. *International Journal of School & Educational Psychology*. 4 (1), 52-60.
- Jackson, D. (2015). A retrospective study of student engagement among at-risk elementary students with and without disabilities. Retrieved October 15, 2015 from [https:// search.proquest.com/docview/1671779397?accountid=178282](https://search.proquest.com/docview/1671779397?accountid=178282)
- Janelle Cox. (2018). "10 Ways to Keep Your Class Interesting" ،
- Jha, P., Stanley, A., Kiyonaga, A., Wong, L. & Gelfand, L. (2010). Examining the protective effects of mindfulness training on working.
- Kabat -Zinn (1996) : Full catastrophe living : How to cope with stress , Pain and Illness using mindfulness Meditation , Bantam Doubleday Dell Publishing Group, Ku.
- Kabat –Zinn, l.(1990). Full catastrophe living :Using the wisdom of your body and mind to face stress , pain and illness, New York Dellpublishing
- Kofonow, W. (2015). The significance of joy in the learning process. A Dissertation Submitted to the Faculty of the California Institute Integral Studies in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy in Transformative Studies. California Institute of Integral Studies San Francisco, CA.
- Krause, K. (2005) Understanding and Promoting Student Engagement in University Learning Communities. Paper presented as keynote address: Engaged, Inert or Otherwise Occupied? : Deconstructing the 21st Century Undergraduate Student at the James Cook University Symposium Sharing Scholarship in Learning and Teaching: Engaging Students'. James Cook University, Townsville/Cairns, Queensland Australia, 21–22 September.
- Lambert, R.,& Sugita, T. (2016). Increasing engagement of students with learning disabilities in mathematical problem-solving and discussion. *Support for Learning*, 31 (4),347-366.
- Langer , E (1989). Mindfulness . New-York : Addison – Wesley Language , 45 , 160-176
- Leland, M. (2015). Mindfulness and student success. *Journal of Adult Education*,44(1),19-24.
- Mace , C. (2008). Mindfulness and mental health: Therapy, theory and science, Abingdon, Oxford shire : Rutledge

- Mahmood, L., Hopthrow, T., Randsley de Moura, G. (2016). A moment of mindfulness: Computer-mediated mindfulness practice increases state mindfulness. PLoS ONE 11(4), 1-12. e0153923.
doi:10.1371/journal.pone.0153923
- Masten, A.S.& Reed ,M.J. (2002). Resilience in development .InSnyder, C.R.& Lopez, S.J. (Eds) , Handbook of positive psychology , New York :Wiley.
- Meiklejohn, J., Phillips, C., Freedman, M. L., Griffin, M. L., Biegel, G., Roach, A , Saltzman, A. (2012). Integrating mindfulness training into k-12 education: Fostering the resilience of teachers and students. Mindfulness, 3(4), 291-307 memory capacity & affective experience. Emotion, 10, 54_64. doi: 10.1037/a0018438.
- Parsons,J&Taylor,J. (2011). Improving Student Engagement. Current Issues in Education. Vol. 14. No. 1.
- Peer, K .S.(2007). Achievement Goal Orientation for Athletic Training Education: Preparing for Lifelong Learning. Athletic Training Education Journal . 2, 4-9.
- Rantala, T.,& Kaarina, M. (2012). Ten theses of the joy of learning at primary schools. Early Child Development and Care, 182(1),87- 105.
- Reeve, J. (2006). Teachers as facilitators: What autonomy-supportive teachers do and why their students benefit. The Elementary School Journal, 106(3), 275-236.
- Rempel, K. (2012). Mindfulness for children and youth: A review of the literature with an argument for school-based implementation. Canadian Journal of Counseling and Psychotherapy, 46(3), 201-220.
- Renshaw, T. L. (2012). Mindfulness-based practices for crisis prevention andintervention. In S. E. Brock & S. R. Jimerson (Eds.). Handbook of School Crisis Prevention and Intervention. 2nd ed. (pp. 401-422). Bethesda, MA: National Association of School Psychologists.
- Rose, J. (2009). Identifying and teaching children and young people with dyslexia and learning difficulties. DCFS Publications.
- Rosenstreich, E., & Margalit, M. (2015). Loneliness, Mindfulness, and academic achievements: a moderation effect among first-year college students. The Open Psychology Journal, 8(2), 138-145.

- Seligman, M. E., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311.
- Shapiro, S. L., Brown, K. W., & Astin, J. A. (2011). Toward the integration of meditation into higher education: a review of research evidence. *Teachers College Record*, 113(3), 493-528.
- Sillis, J. (2005). Joy, beauty, creativity and fun. *A Life in The Day*, 9(4), 9-12.
- Singh, Seema(2014)." Creating a joyful learning Environment at primary level" an *International Journal of Education (Online)* Vol.4, No.1, January 2014, pp 10 – 14.
- Skinner, E. A., & Pitzer, J. R. (2012). Developmental dynamics of student engagement, coping, and everyday resilience. In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of research on student engagement* (p. 21–44). Springer Science.
- Tovli, E. (2014). The joy of reading: An intervention program to increase reading motivation for pupils with learning disabilities. *Journal of Education and Training Studies*, 2(4), 256- 265
- Vaiouli, P. (2014). Music, engagement, and early literacy in inclusive early childhood settings. Retrieved November 15, 2014 from https://search.proquest.com/docview/15458967_86?accountid=178282
- Wang, J. (2017). The joy of learning: What it is and how to achieve it. National Institute of Education, Nan yang Technological University
- Wikipedia (2018). Educational entertainment, 13-2-2018, 2PM https://en.wikipedia.org/wiki/Educational_entertainment.
- Williams, G., Teasdale, D., Segal, V. & Soulsby, J.(2000). Mindfulness-based cognitive therapy reduces overgeneral autobiographical memory in formerly depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 150-155. doi: 10.1037/0021843X.109.1.150.
- Willms, J. D. (2003). Student Engagement at School: A Sense of Belonging and Participation. Results from PISA 2000. Paris: Organization for Economic Co-operation and Development (OECD). Retrieved October 2010 from <http://www.unb.ca/crisp/pdf/0306.Pdf>
- Wolk, S. (2008). Joy in school. *Educational Leadership*, 66(1), 8-14 www.thoughtco.com.

ملخص البحث

دور التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين اليقظة الذهنية والانهماك بالتعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

هدف البحث الحالي إلى دراسة فعالية التعلم الممتع من خلال منهج الاقتصاد المنزلي في تحسين اليقظة الذهنية والانهماك بالتعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، وتكونت أدوات البحث من مقياس اليقظة الذهنية ومقياس الانهماك في التعلم، وتوصلت نتائج البحث إلى تحسن مستوى اليقظة الذهنية والانهماك بالتعلم لدى تلاميذ المجموعة التجريبية عن تلاميذ المجموعة الضابطة وذلك بعد إجراء تجربة البحث ، ومن توصيات البحث ضرورة استخدام التعلم الممتع كمنحى تعليمي في تعليم الاقتصاد المنزلي وخاصةً لتلاميذ المرحلة الأساسية الدنيا .

الكلمات المفتاحية :

- التعلم الممتع *Enjoyable learning*
- اليقظة الذهنية *Mindfulness*
- الانهماك بالتعلم *learning engagement*

Abstract

The role of enjoyable learning through the home economics curriculum in improving Mindfulness and learning engagement among Primary stage students

The aim of the current research is to study the effectiveness of enjoyable learning through the home economics approach in improving mindfulness and learning engagement among elementary school students, and the research tools consisted of the mindfulness scale and the measure of involvement in learning, and the results of the research reached an improvement in the level of mental alertness and learning engagement among the experimental group students On the authority of students of the control group, after conducting the research experiment. Among the recommendations of the research is the necessity to use enjoyable learning as an educational approach in teaching home economics, especially for pupils in the lower elementary stage.